Edgar J. Cyriax

Die

Schwedische Bewegungskur.

Ein Heilmittel vieler chronischer Leiden.

Gemeinverständlich geschildert

von

Dr. med. Arno Krüche.

M17353

VERLAG HUGO STEINITZ.
BERLIN SW.
Charlottenstrasse 2.

KRÜCHE

22101808442

Die

Schwedische Bewegungskur.

Ein Heilmittel
vieler chronischer Leiden und Beschwerden

gemeinverständlich geschildert

von

Dr. med. Arno Krüche
prakt. Arzt und Besitzer der physischen Heilanstalt in München.

BERLIN W.
Hugo Steinitz, Verlag.
1891.

WELLCOME LIBRARY INSTITUTE

303920

M17353

WELLCOME INSTITUTE LIBRARY

Coll	welMOmec
Call	
No.	WB 535
	1891
	K94s

Capitel I.

Wesen und Begründung der schwedischen Bewegungskur.

In einem Vortrage über die Übung setzt der grosse Physiologe Dubois-Reymond auseinander, dass die Muskelübung eine Vervollkommnung des menschlichen Organismus nicht blos in Bezug auf Muskelkraft, sondern auch in Bezug auf viele andere Dinge bewirkt. Allerdings kommt die Steigerung der ersteren am frühesten zur Anschauung, indem jeder an sich und an Anderen sehr bald bemerkt, wie fortgesetzte Übung jede Arbeit besser und leichter verrichten lässt. Der tierische Organismus ist eine Arbeitsmaschine, die sich durch die Arbeit immer mehr vervollkommnet und jede Leistung durch öfteres Wiederholen schliesslich mit immer einfacheren Mitteln erreicht.

Diese Selbstvervollkommnung liegt nicht allein in den Veränderungen der Muskulatur, sondern auch darin, dass die Bewegung der Knochen in den Gelenken viel ausgiebiger wird. Man denke nur an die extremen Grade der Gelenkigkeit, welche die sogenannten Kautschukmänner durch Übung zu Stande bringen, an die Beweglichmachung mancher steifer Fingergelenke durch fortgesetzte Übung bei Geigen- und Klavierspielen. Selbst der komplizierteste Vorgang in körperlichen Leistungen ist aber schliesslich nichts weiter, als das richtige Zusammenspielen und Zusammenwirken der Muskeln. Der eigentliche Mechanismus der zusammengesetzten Bewegungen muss jedenfalls im Zentralnervensystem seinen Sitz haben, und folglich ist Übung

in allerhand Bewegungen gleichzeitig eine Übung des Zentralnervensystems. Alle körperlichen Übungen sind also nicht blos Muskel-Gymnastik, sondern auch und sogar vorzugsweise Nerven-Gymnastik. Sie sind nur denkbar als Folgen erworbener Verkettung zwischen natürlichen Thätigkeiten von Ganglienzellen, welche nachdem sie oft in bestimmter Reihenfolge abliefen, nunmehr mit bevorzugter Leichtigkeit von Statten gehen, in einander greifen, pausieren und von selbst wieder einsetzen.

Was unser grosser Berliner Physiologe in solcher Gedankenreihe als das Ergebnis seiner theoretischen Forschungen niederlegte, ist durch ein merkwürdiges Zusammentreffen von Umständen in Schweden schon längst auf empirischem Wege Gemeingut geworden und hat beim schwedischen Volke so tief Wurzel gefasst, dass dort die mechanische Behandlung von Krankheiten als die vorzugsweise beliebte und herrschende gilt. Zwei Umstände mögen hierzu wesentlich beigetragen haben. Einmal ist die Dauer des medizinischen Studiums in Schweden eine so überaus lange, dass jeder Arzt mindestens zehn Jahre braucht, ehe er in eine selbstständige Thätigkeit hineinkommt. Andernteils war die Bildung der dortigen Jugend schon von jeher weit mehr dem Abstrakten und speziell dem Studium der Klassiker abgeneigt als in Deutschland, während die Ausbildung in den Naturwissenschaften von jeher dort einen grösseren Rahmen beanspruchte, als bei uns. So kam es, dass der Formelkram der lateinischen Rezepte niemals in den Köpfen der schwedischen Gebildeten so fest haften konnte, als bei uns, und dass die dortigen Ärzte weit leichter einen Überblick über das, was not thut erlangen konnten, als unsere Ärzte, die erst auf den Universitäten viel von dem Ballast ablegen müssen, den ihnen das Gymnasium aufgebürdet, und die schliesslich nach kurzem Studium ohne eine Verpflichtung zur selbstständigen Weiterbildung auf das Publikum losgelassen werden. Aber auch das Laienelement hat in Schweden eine auffallend grosse und von Erfolg gekrönte Thätigkeit in

der mechanischen Behandlung von Krankheiten entwickelt. Ich erinnere nur an den schwedischen Major Thure Brandt, welcher durch die Erfindung der Massage von Frauenkrankheiten sich ausserordentliche Verdienste um die Frauen der ganzen Welt erworben hat.

Unter den neueren schwedischen Ärzten hat es besonders Dr. Gustav Zander in Stockholm verstanden, die von Ling begründete „Schwedische Heilmethode mit Widerstandsbewegungen“ systematisch auszubauen und die menschliche Hand, welche bisher die Widerstände für die Kurgebrauchenden gab, durch sinnreich konstruierte Maschinen zu ersetzen. Durch die Anwendung dieser Maschinen kann jeder Teil oder jedes Glied des Körpers gebeugt, gestreckt, geübt oder in Bewegung gesetzt werden und zu gleicher Zeit kann man mit dem leichtesten Widerstande beginnend denselben gradweise vermehren mit mathematischer Genauigkeit je nach dem Bedürfnis der Muskeln, welche behandelt werden sollen. Bevor wir auf die einzelnen Gruppen dieser Maschinen näher eingehen, wollen wir eine Reihe von Krankheitsgruppen kurz besprechen, bei denen diese Maschinen mit Vorteil angewendet werden.

Capitel II.

Übersicht der wichtigsten Gruppen von Krankheiten, bei welchen die schwedische Bewegungskur angezeigt ist.

1. Allgemeine Beschwerden in Folge von Bewegungsmangel.

Unsere moderne Kultur mit ihrer Hast nach Erwerb und Genuss hat es mit sich gebracht, dass eine überaus grosse Zahl von Menschen nicht eigentlich krank, aber auch nicht gesund ist. Untersucht man die Organe dieser Leute, so findet man nicht gerade eine ausgesprochene Krankheit in denselben, wohl aber funktionelle Störungen der verschiedensten Art. Im Grossen und Ganzen sind diese Störungen darauf zurückzuführen, dass die Blutverteilung im Körper eine nicht richtige ist. Es ist nämlich ein physiologisches Gesetz, dass derjenige Körperteil oder dasjenige Organ, welches am meisten durch den Lebenslauf und die Gewohnheit des Individuums in Anspruch genommen wird, auch den stärksten Zufluss des Blutes erhält. Wer viel und scharf denkt oder wissenschaftlich arbeitet, dessen Gehirn wird mehr vom Blut durchströmt, als einzelnen Teilen desselben angenehm und behaglich ist. Und wiederum sind die einzelnen Teile des Gehirns bei den einzelnen geistigen Beschäftigungen ganz verschieden in Anspruch genommen. Wer sich viel mit Zahlen beschäftigt, hat andere Beschwerden, als derjenige, der sich dem abstrakten Denken hingiebt. Nervöse Kopfschmerzen pflegen zwar beide zu haben; auch Schwindelgefühle und nervöse Reizbarkeit pflegen sich bei beiden einzustellen, aber die Art ihres Auftretens ist so verschieden, dass ein geübter Nervenarzt aus den geklagten Beschwerden leicht herausfindet ob der Leidende sich mehr mit Zahlen und spekulativer oder mehr mit rein gelehrter Arbeit beschäftigt. Anders wiederum

äussert sich die unrichtige Blutverteilung bei solchen, die eine sitzende Lebensweise führen. Wer gleichzeitig sitzt und geistig arbeitet, hat andere Beschwerden, als der, der sitzt und körperlich arbeitet. Beiden gemeinsam aber ist eine Überlastung der Unterleibsorgane mit Blut und Lymphe, und das Endresultat sind die mannigfachsten nervösen selbstquälerischen und hypochondrischen Beschwerden oft gepaart mit Appetitlosigkeit, Verstopfung und Hämorrhoidalzuständen.

Eine weitere Reihe von unbestimmten Symptomen hat ihren Sitz in der Brust und kennzeichnet sich als Beklemmung und Atemnot, welche oft so hohe Grade erreichen kann, dass die Gepeinigten sich von einem unheilbaren Herz- oder Lungenübel befallen glauben. Viele von diesen Opfern einer ungeeigneten Lebensweise reisen Jahre lang von einem Bade ins andere, von einem Arzt und schliesslich auch von einem Quaksalber zum anderen, ohne richtige Hilfe zu finden, so lange eben die Schädlichkeit, der Mangel an Bewegung, fortbesteht. Namentlich in den grösseren Städten ist die Anzahl dieser Leidenden Legion. Wohl nehmen sich die meisten die Mühe und die Zeit, alljährlich einige Wochen sogenannte Landluft zu geniessen, aber diese wenigen Wochen sind meist nicht genügend, die hygieinischen Sünden eines ganzen Jahres abzuwaschen.

Besondere Erwähnung verdient auch die Gruppe der lediglich aus einem Missverhältnis zwischen Kopf- und Muskelarbeit entspringenden Magen- und Darmleiden. Es ist noch viel zu wenig bekannt, dass namentlich das lästige Sodbrennen und das noch lästigere Aufstossen unter Beklemmungsgefühlen, ferner die habituelle Verstopfung, die gewöhnliche Folge einer Lebensweise ist, welche die individuellen Bedürfnisse des Nervenlebens zu wenig berücksichtigte. Kein Wunder, dass man dem misshandelten Nervensystem durch Schweizerpillen oder durch Magenausspülungen vergeblich aufzuhelfen sucht!

Oft ist es nicht einmal die Menge der geistigen Arbeit, welche eine ungeeignete Blutverteilung hervorruft, sondern noch

mehr die ungeeignete Art des Arbeitens. Mir ist eine nicht geringe Zahl von Herren vorgekommen, die allzuviel rezeptiv, statt produktiv thätig gewesen sind, und die davon ein eigentümliches Gefühl nervöser Übersättigung und Reizbarkeit bekamen. Die Zeiten, in denen man, wie Goethe es so anschaulich schildert, seiner geistigen Vervollkommnung und seinen Sammlungen leben kann, sind eben vorüber, und unsere eisenbahndurchsauste Zeit stellt andere Anforderungen an die Thätigkeit des Einzelnen, damit er in dem allgemeinen Getriebe nicht rat- und thatlos werde. Ferner leidet derjenige, der sich allzuviel mit abstraktem Denken beschäftigt, leichter an Hyperämien (Blutwallungen) des Kopfes, als derjenige, dessen Thätigkeit eine rezeptive ist. Der grosse Mathematiker Gauss klagte einst seinem vielerfahrenen Arzte, dass ihm das rein abstrakte Denken, welches seine Wissenschaft erfordere, in einer ungeahnten Weise abmartere. Der Arzt gab ihm den Rat neben diesem rein abstrakten Denken auch eine mehr mechanische Beschäftigung des Gehirnes zu treiben und empfahl ihm zu diesem Zwecke Sprachstudien, insbesondere das Studium der russischen Sprache, die an das Gedächtnis des Lernenden ausserordentlich grosse Anforderungen stellt. Dieses Beispiel nur nebenbei, um zu zeigen, wie gewisse quälende Beschwerden oft nur auf einer unpraktischen Methode der Arbeit beruhen. Ich kann versichern, dass derjenige, der in geistiger und körperlicher Arbeit ein schönes Gleichgewicht innehält, sich ungestraft den ausserordentlichsten Anstrengungen unterziehen darf, ohne nervös zu werden.

Am meisten leiden jedenfalls diejenigen geistigen Arbeiter, welche für das Bedürfnis des Tages thätig sind, das heisst die Journalisten und die mit diesem verwandten Berufszweige. Es sind das auch zugleich diejenigen, die ihre „Erholung“ allzu oft in lärmenden Vergnügen und aufregenden Gesellschaften, statt im engen Kreise der Familie oder guter Freunde suchen.

Wenden wir uns nunmehr zu einer Betrachtung der verschiedenen Altersklassen.

Das schulpflichtige Alter hat unter dem alljährlich sich mehrenden Lernstoff in ausserordentlicher Weise zu leiden, so dass die heutigen Bestrebungen auf Schulreform gewiss sehr gerechtfertigt sind. Es ist auffallend, in wie kurzer Zeit sich ein derartig überlastetes jugendliches Gehirn erholt, wenn nur die gewohnten Schädlichkeiten wegfallen und an deren Stelle körperliche Übungen treten. Freilich suchen auch unsere heutigen Schulen durch Turnunterricht eine gewisse Ausgleichung herbeizuführen. Aber abgesehen davon, dass die Turnlokalitäten oft recht staubig sind, wird durch ungeeignete Wahl der Übungen der Körper mehr ermüdet, als ihm gut ist. Es tritt dann zu der Überanstregung im Lernen nur eine weitere Schädlichkeit, statt der wohlthuenden Erholung. Auch leidet unser Turnen an dem Übelstande, dass manche besonders beliebte Übungen die Glieder und Gelenke mehr auseinanderzerren, als zu harmonischer Ausbildung bringen.

In dieser Beziehung leistet die schwedische Gymnastik dadurch, dass sie gegen abmessbare Widerstände arbeiten lässt und gewissermassen einen verfeinerten Ringkampf darstellt, weit Besseres, als die Übungen am Reck, dem Barren und anderen turnerischen Geräten. Ich habe häufig bemerkt, dass nervöse und überarbeitete Kinder, die von der Turnhalle müde und abgespannt nach Hause kamen, nach leichten Widerstandsübungen sich erquickt und gestärkt fühlten. Für zweifellos gesunde Kinder ist natürlich unser deutsches Turnen, zumal wenn es mit Turnspielen abwechselt, unbedenklich; aber für Kinder, die in irgend einer Weise schwach oder nervös sind, möchte ich das Turnen an Geräten lieber durch heilgymnastische Übungen ersetzt wissen.

Das hier von den Kindern Gesagte gilt im Grossen und Ganzen auch von dem Jünglings- und Jungfrauenalter.

Der gesunde Erwachsene wird durch berufliche oder sonstige

Verhältnisse häufig abgehalten, einem Turnverein beizutreten, und sucht dann durch die Kegelbahn den Turnsaal zu ersetzen. Aber das staubige Lokal, der grosse Durst und der viele Rauch machen diesen Ersatz zu einem solchen von zweifelhafter Güte. So haben sich denn in richtiger Erkenntnis der Notwendigkeit körperlicher Übungen allmählich Sportsübungen herausgebildet, wie Rudern, Velozipedfahren u. s. w. Es unterliegt keinem Zweifel, dass diese Übungen ausserordentlich nützlich sind, aber nur den Gesunden. Noch mehr ist eine Vorsicht im Gebrauch derselben berechtigt von den Enden der Dreissiger Jahre an, wo sich bei vielen Menschen ein eigentümliches Zeichen unserer kulturellen Schädlichkeiten geltend macht. Es ist dies ein unregelmässiges Arbeiten der Regulatoren des Blutdruckes, ein Zustand, den ich an folgendem Beispiel erklären möchte:

Viele Leser werden bemerkt haben, dass entweder sie selbst oder ihnen bekannte Personen sich nur mit Anstrengung bücken oder in gebückter Stellung gewisse Thätigkeiten wie Stiefelanziehen verrichten können. Sollen sie etwas vom Boden aufheben, so drängt sich ihnen entweder das Blut zum Kopfe, oder sie haben das Gefühl, schlecht atmen zu können.

An diesem „Rotwerden beim Bücken“ erkennt man den Schlagflusskandidaten oft schon 20 und mehr Jahre vor dem Schlagflusse, der ihn sicher ereilt, wenn er nicht mit aller Kraft auf Beseitigung dieses verhängnisvollen Symptoms hinarbeitet.

Wenn man auf dasselbe achtet, so wird man mit Staunen bemerken, bei einer wie grossen Anzahl von Menschen sich dasselbe findet. Allen diesen Personen ist nur auf das Dringendste zu raten, dass sie durch methodische Körperbewegungen und am besten durch solche, welche gegen einen bestimmten Widerstand (durch schwedische Heilgymnastik) geschehen, sich einen wirksamen Ausgleich schaffen, der sie vor einer Erkrankung der Arterien und damit vor Schlaganfällen schützt.

Für diejenigen Leser, welche Verständnis für körperliche Thätigkeiten und einige anatomische Kenntnisse besitzen, möchte

ich in aller Kürze eine Erklärung geben, inwiefern durch methodische Bewegungen diese verderblichen Wallungen des Gefässsystems vermieden werden können. Solche, die sich weniger dafür interessieren, wollen diesen kleinen Abschnitt überschlagen.

Es ist durch Versuche von Sommerbrodt festgestellt, dass bei jeder Körperbewegung, durch welche der intrabronchiale Druck gesteigert wird, gleichgiltig ob damit venöse Stauung verbunden ist oder nicht, zwei Wirkungen im Gefässapparate in die Erscheinung treten, nämlich:

1) Entspannung der Gefässwände und
2) Beschleunigung der Herzthätigkeit.

Hieran schliesst sich auf kurze Zeit ein gesteigerter Blutdruck, nämlich übermässige Spannung der Gefässwände und Verlangsamung der Herzschläge. Diese durch jede intrabronchiale Drucksteigerung ausgelösten kombinierten Reflexwirkungen sind proportional der Stärke und Dauer des intrabronchialen Druckes und sind eine wirksame Schutzvorrichtung gegen die Wirkungen, welche durch Rückstoss des venösen Blutes entstehen. Durch mangelnde Übung kann aber diese vortreffliche kombinirte Reflexwirkung gewissermassen einrosten, andererseits wieder durch geeignete Übung wesentlich feiner eingestellt werden, so dass die Blutgefässe hierdurch kräftiger und gesünder werden. Die sogenannte Arteriosklerose, d. h. jenes Brüchig werden der Gefässe, welches der Fluch unserer modernen Kulturmenschheit ist und welches die vielen Beschwerden des späteren Mannesalters und des Greisenalters verschuldet, ist schliesslich nichts weiter, als mangelnde Übung der durch einseitigen und unpassenden Druck in ihrer Lebensfähigkeit verkümmerten Blutgefässe.

Man kann ohne jede Übertreibung sagen, dass regelmässige und angemessene körperliche Übungen die Beschwerden des Greisenalters hintan halten und direkt das Leben verlängern, denn auf der richtigen Funktion und Spannung der Blutgefässe beruht die Möglichkeit, lange und gesund zu leben.

2. Anomalien des Blutes und des Stoffwechsels.

Blutleere und Bleichsucht sind nicht wie man in Laienkreisen annimmt, die wenig beneidenswerten Vorrechte des weiblichen Geschlechtes, sondern kommen auch beim männlichen Geschlechte nicht selten vor. Diese Krankheitszustände kennzeichnen sich dadurch, dass zu wenige rote Blutkörperchen vorhanden sind, und dass diese Blutkörperchen nicht genügend Sauerstoff verarbeiten.

Da nun derjenige Bestandteil der Blutkörperchen, welcher den Sauerstoff aufnimmt, eisenhaltig ist, so wird seit Alters her jeder Fall von Bleichsucht ohne Weiteres mit Eisen behandelt. Aber Eines schickt sich nicht für Alle.

Abgesehen davon, dass sehr viele Personen die Eisenmittel schlecht vertragen, indem sie von Appetitmangel, Übelkeiten u. s. w. befallen werden, wird auch der grösste Teil des Eisens nicht vom Blute aufgenommen, sondern verlässt den Körper auf dem gewöhnlichen Wege und äussert weiter keine Wirkung, als dass es den Kot schwarz färbt. So hat man denn von jeher Versuche gemacht, durch Bewegungen die Eisenwirkungen zu unterstützen.

„Gehen Sie fleissig spazieren!“ ist deshalb der Schluss jeder ärztlichen Konsultation bei bleichsüchtigen jungen Mädchen.

Aber spazierengehen ist leichter gesagt als gethan. Diese zarten Wesen sind ausserordentlich empfindlich gegen die Einflüsse der Witterung, wissen auch, wenn irgend etwas auf der Strasse oder irgendwo im Freien ihre Aufmerksamkeit fesselt, nicht recht Mass zu halten, übermüden sich und lassen auf einmal das Spazierengehen wieder bleiben. Dazu kommt eine gewisse Willensschwäche, die in der Natur ihres Leidens begründet ist und nicht selten eine Neigung zur Fettsucht,

die sie leicht vor allen körperlichen Übungen zurückschrecken lässt.

Man darf nämlich nicht glauben, dass ein blutarmer Mensch immer mager sein müsse, im Gegenteil sind oft die blutärmsten Menschen gleichzeitig auch die fettreichsten und infolgedessen auch die bequemsten.

Für alle diese ist eine Methode unschätzbar, welche die genaueste Kontrole über die geleistete Bewegung ermöglicht und gleichzeitig auch durch Ausdehnung des Brustkorbes ein ausserordentlich tiefes Atmen und dementsprechend eine Sättigung des Lungenblutes mit Sauerstoff bewirkt. Bei Besprechung der Zander'schen Maschiene E. 6. werden wir auf diesen Punkt zurückkommen.

Ein fruchtbarer Boden ist die Bleichsucht für jene vielgestaltigen nervösen Leiden des weiblichen Geschlechtes, die man schlechthin als Hysterie bezeichnet, und die im Grunde alle nur ein gemeinsames Merkmal haben, nämlich das der Willensschwäche und der mangelnden Selbstbeherrschung. Diese Leidenden müssen gerade wie die Kinder erzogen werden, um ihnen allmählich die Freude an der Gesundheit beizubringen. Meist fühlen sie sich ja in ihrem Leiden so aufserordentlich interessant, dafs sie gern auf die Gesundheit verzichten, die ihnen doch auch gewisse Verpflichtungen gegen ihre Mitmenschen auferlegt, während sie als Kranke nur Ansprüche an ihre Umgebung zu machen gewöhnt sind. Welch grofser Fortschritt, wenn man sie erst zu der Überzeugung gebracht hat, dafs sie noch irgend einer Leistung fähig sind! Welche Freude, wenn Schritt für Schritt diese körperlichen Leistungen zunehmen, und aus der bisherigen Verzagtheit ein mutvoller Ausblick in die Zukunft wird! Dann ist das Spiel schon gewonnen, und im engsten Anschlufs an die erhöhte Leistungsfähigkeit entwickelt sich auch eine Umbildung des Charakters, der dann zuweilen die schönsten Blüten weiblicher Liebenswürdigkeit zeitigt. Ja, ich gehe so-

weit, zu behaupten, dass diejenigen die liebenswürdigsten Frauen sind, die einmal ein klein wenig „hysterisch“ waren und glücklich geheilt worden sind, denn sie allein verbinden mit der Zartheit des Empfindens eine unschuldvolle Freude am Dasein und eine Dankbarkeit für alles genossene Glück, die ihrem ganzen Wesen einen eigenartigen Zauber verleiht.

Eine wichtige Rolle unter den Störungen des Stoffwechsels spielt die abnorme Fettleibigkeit. Wir haben schon bei Betrachtung der Bleichsucht erwähnt, dass eine unendlich grosse Anzahl der Fettleibigen mehr blutarm, als blutreich ist. Ganz besonders ist diese Form der Fettsucht für die schwedische Bewegungskur geeignet. Aber auch diejenige Form von Fettsucht, die entweder auf ungeeigneter Diät oder auf erblicher Anlage beruht, wird hiervon in den meisten Fällen einen guten Gebrauch machen. Nur mufs man sich von vorneherein darüber klar sein, dafs auch die Maschine nicht Alles leisten kann, und dass aufser sorgfältig geregelter Diät unter Umständen auch eine Badekur zum Erfolge mithelfen muss.

Es sei beiläufig bemerkt, dafs die schwedische Gymnastik darauf verzichtet, rasche Gewichtsabnahmen zu erzielen. In der That haben die Fettsüchtigen von raschen Gewichtsabnahmen gar keinen Vorteil. Denn entweder werden sie dadurch sehr geschwächt und gehen von selbst zu einem anderen Regime über, welches ihnen das Verlorene in Kurzem wieder einbringt oder sie freuen sich allzusehr des so rasch Errungenen, vernachlässigen die notwendigen Diätvorschriften und sind infolgedessen meist 4 Wochen nach der Kur fetter und hilfloser als vorher.

Unsere schwedische Methode zielt mehr darauf ab eine langsame, aber konstante Abnahme herbeizuführen und keine allzu rigorose Diät aufzuerlegen.

Ich habe in diesem Sommer mehrere Fälle von Fettsucht gehabt, wie sie nicht leicht anderwärts vorkommen dürften.

Es befand sich hierunter ein Herr mit dem respektablen Nettogewicht von 352 Pf., was einem Gewicht des Bekleideten von 366 Pf., entsprechen dürfte. Innerhalb 4 Wochen wurde dasselbe berabgesetzt auf 325 Pf., und obwohl der betreffende Patient seitdem nur äusserst unregelmässig zu den Übungen kommt, auch durch seinen Beruf als Hopfenhändler vielfachen Gelegenheiten zum reichlichen Genusse des Nationalgetränkes nicht entgehen kann, so hat er doch seit jener Zeit eine regelmässige Gewichtsabnahme von wöchentlich $^3/_4$ Pf. bis 1 Pf. erfahren und ist hiermit um so zufriedener, als er nach früheren Trinkkuren stets das Verlorene sehr rasch wieder einbrachte.

Ähnlich erging es einigen sehr korpulenten Damen, welche an gleichzeitiger Blutleere litten, und die ich deshalb, weil sie anfänglich zu Bewegungen zu schwach waren in der pneumatischen Kammer mit verdichteter Luft sättigte, wodurch infolge reichlicher Einatmung des Sauerstoffes eine raschere Verbrennung des Fettes angebahnt wurde. Auch diese spürten durch die schwedische Gymnastik eine regelmässige und dauernde Gewichtsabnahme ihres Fettes.

Indessen darf nicht verschwiegen werden, dass bei Damen, welche eine schwedische Bewegungskur gebrauchen, um ein wenig schlanker zu werden, der Erfolg nicht sehr rasch eintritt. Oft erfahren diese Damen sogar in den ersten zwei Wochen eine kleine Zunahme des Gewichts; dieselbe hat glücklicherweise nicht viel zu sagen, denn die Zunahme des Gewichtes ist nicht gleichbedeutend mit der Zunahme des Umfangs. Im Gegenteil pflegt auch hier der Umfang abzunehmen und die Gewichtszunahme stellt sich lediglich dar als eine Folge grösserer Ausbildung der Muskeln, während das Fett schwindet. Treffend bezeichnete diesen Zustand die Gattin eines Banquiers mit den Worten: „Es ist wahr, ich habe an Gewicht zugenommen, aber es ist ebenso, als wenn mein Mann Türkenloose verkauft und preussische Consols dafür eingetauscht hätte.

In naher Verwandschaft mit der Fettsucht steht die Gicht; wohl verstanden die echte harnsaure Gicht, nicht etwa diejenigen chronischen Gelenkerkrankungen, die man im Volke schlechthin als Gicht bezeichnet. Auch die harnsaure Gicht ist eine Störung des Stoffwechsels in des Wortes ureigentlichster Bedeutung.

Es sei mir vergönnt hier darauf hinzuweisen, dafs in meiner bei H. Steinitz in Berlin erschienenen Brochüre „Diät und Wegweiser bei Gicht und Rheumatismus“ das Wesen und die Behandlung der Gicht ausführlich geschildert worden ist, und dafs dabei auch diejenigen Krankheitszustände Erwähnung gefunden haben, welche nicht gichtisch sind, aber von Laien oft dafür gehalten werden, sowie diejenigen, mit denen die Gicht leicht verwechselt wird. Ich kann hier nur erwähnen, dafs infolge des Bekanntseins mit dieser Schrift eine Reihe von Patienten die dort empfohlene Behandlung durchgemacht hat und mit den Erfolgen aufserordentlich zufrieden ist.

Von den Geifseln des modernen Kulturmenschen gewinnt namentlich unter den geistigen Arbeitern von Jahr zu Jahr die Zuckerkrankheit eine gröfsere Verbreitung. Sie ist recht eigentlich die Krankheit derjenigen, die von der Zeit und für die Zeit leben.

Ihr verfallen namentlich die Diplomaten und Banquiers, die Ärzte, Journalisten und Ingenieure, überhaupt alle jene, deren Tagwerk sich zusammensetzt aus Verantwortung, Hasten, Jagen und Sorgen für den nächsten Tag. Zuweilen wird wohl auch einmal ein Rentner oder sonstiger ruheliebender Mensch zuckerkrank; die Ursache dürfte dann darin zu suchen sein, dafs ein allzu bequemes Leben ähnliche körperliche Leiden zeitigt, wie geistige Überanstrengung. Die grofse Mehrzahl der Ärzte ist überzeugt, dafs sich unendlich viele Fälle von Zuckerkrankheit sicher vermeiden und in den Anfangsstadien sicher heilen liessen, wenn diejenigen, deren Konstitution zur Erkrankung des Stoffwechsels hinneigt, als Gegengewicht gegen die auf-

reibende geistige Thätigkeit oder gegen die allzu reichliche und bequeme Lebensführung täglich ihr gesamtes Muskelsystem in einer gewissen durchgreifenden Weise übten. Es bedarf hierzu weder grosser Zeit noch grosser Mühe, sondern nur einer zweckmässigen Anleitung und eines festen Willens. Gerade für diese Zuckerkandidaten, die sich oft durch Spazierengehen und Spazierenreiten vergeblich zu helfen suchen, weil diese Bewegungen einseitig sind und den Rücklauf des Blutstromes, sowie namentlich die Lymphbewegung zu wenig fördern, empfiehlt sich die schwedische Bewegungskur als ein vorzügliches Vorbeuge- und zugleich Heil-Mittel. Wenn man gesehen hat, wie leichtere Zuckerausscheidungen durch regelmässige systematische Übungen und Massage schwinden, so wird man vielleicht folgende von mir gehegte Anschauung nicht abenteuerlich finden. Ich vermute, dass durch den Lymphstrom und durch das rückläufige venöse Blut aus dem arbeitenden resp. gearbeitet habenden Muskel Stoffe in den Kreislauf zurückgebracht werden, welche geeignet sind, den Zucker umzubilden.

Erwägt man die grosse Menge von zuckerbildenden Stoffen, welche der Mensch geniesst, so muss man notwendig zu der Anschauung kommen, dafs irgendwo im Körper ein Stoff gebildet werden muss, der seinerseits den Zucker wieder umbildet und dass die Zuckerkrankheit eben darauf beruht, dass dieser umbildende Stoff entweder nicht genügend erzeugt oder nicht in den Kreislauf gebracht wird.

Verschiedene chemische nnd physikalische Gründe sprechen dafür, dass die Bildungsstätte dieses Stoffes vorwiegend im Muskelgewebe zu suchen ist und so würde denn ein methodisches Üben und Auspressen der Muskulatur, wie es durch aktive und passive Bewegung geschieht, das beste Mittel sein, der Zuckerkrankheit selbst entgegenzutreten.

Thatsache ist, dass den Zuckerkranken auf die Dauer nichts so gut bekommt, als Massage und Gymnastik. Selbstverständlich behalten auch die Bäder dabei ihre altbewährten Heilanzeigen.

Geistige Ruhe und Fernhalten von Ärgernissen, Aufregungen u. s. w. muss unbedingt die Kur unterstützen. Aus demselben Grund sind erfahrene Ärzte auch geneigt, nicht jene rigorose Strenge der Diät innezuhalten, welche den Kranken das Leben verbittert, sie beständig an ihr Leiden erinnert, ihren Darmkanal überlastet, ihre Nerven schwächt, und dadurch die ungünstigste Rückwirkung äussert. Lieber das Bruchteil eines Prozentes mehr im Urin, als die Benachteiligung des gesamten Nervenlebens!

In aller Kürze sei in diesem Kapitel noch der chronischen Vergiftungen gedacht, welche eine weit grössere Wichtigkeit und Verbreitung besitzen, als der Laie gemeinhin annimmt. Mir selbst sind bis jetzt nur chronische Tabakvergiftungen behufs schwedischer Behandlung übergeben worden — abgesehen von einigen Codeïn-, Morphin- und Alkoholvergiftungen, welche neben anderen Kurmitteln auch die Mediko-Mechanik durchmachten. Das hervortretendste Symptom bei diesen Patienten war Schwindel und Angstgefühl. Nicht immer handelte es sich um auffallend starke Raucher; es befanden sich darunter auch Herren und Damen, welche täglich nur 3—6 Cigarren oder Cigarretten geraucht hatten, und offenbar schon diese kleineren Dosen nicht vertragen konnten. Nach Einschränkung des Gewohnheitsgiftes und mediko-mechanischer Behandlung waren die Heilergebnisse recht gute.

3. Erkrankungen der Atmungsorgane.

Von den Krankheiten des **Kehlkopfes** sind gewisse Lähmungen und Schwächezustände desselben der schwedischen Gymnastik zugänglich. Es sind dies namentlich die aus Übermüdung und langwierigen trockenen Katarrhen hervorgegangenen Zustände von Heiserkeit. Solche Leidenden werden mit einer Erschütterung des Kehlkopfes behandelt und zwar häufig mit recht gutem Erfolg.

An die Erschütterungsmaschine, welche wir weiter unten schildern werden, wird ein kleiner halbkreisförmiger Apparat befestigt, welcher den Kehlkopf umspannt und ihm zweckmässig abgeschwächte Erschütterungen acht- bis neunhundertmal in der Minute mitteilt.

Von den Krankheiten der Luftröhren und deren feinster Verzweigungen erfahren namentlich die sogenannten trockenen Lungenkatarrhe oft eine verhältnismässig rasche und anhaltende Besserung bezw. Heilung. Es dürfte noch nicht allgemein bekannt sein, dass vom Rücken aus reflektorisch die Lungen- und Bronchialnerven beeinflusst werden können. Besteht z. B. ein chronischer trockener Bronchialkatarrh mit quälendem Hustenreiz, so giebt es nichts Besseres als kräftige Frottage des Rückens, die man zweckmässig auch im warmen Bade anwenden kann.

Ist hierdurch der Zustand gebessert, so sind Massagen des Rückens, wie sie die schwedische Gymnastik anwendet sehr von Vorteil. Gleichzeitig wird durch methodische Tiefatmungen mittels der Maschine (E. 6) die Lunge wieder vom Frischen gelüftet und dadurch dem Katarrh der Boden entzogen. Nur besonders hartnäckige Fälle, wo ein deutliches Emphysem besteht, lasse ich lieber von der pneumatischen Kammer Gebrauch machen.

Ist ein Emphysem fertig ausgebildet, so heisst es mit

grosser Vorsicht die schwedische Gymnastik verwenden. Geschieht dies, so kann man durch geeignete Übungen auf eine leichte Kompression des Brustkorbes fördernd einwirken, neigt aber der Patient nur im mindesten zu Übertreibungen der betreffenden Übungen oder ist seine genaue Überwachung dabei nicht möglich, so thut man besser ihn ein für allemal in die pneumatische Kammer zu verweisen, welche schon nach wenigen Wochen einen deutlichen sehr günstigen Einfluss erkennen lässt. In meinem Institut befindet sich die pneumatische Kammer im schwedischen Saale.

Über die Behandlung der Lungenschwindsucht zu sprechen, dürfte im Koch'schen Zeitalter um so gewagter sein, als auch die Frage der Heilwirkung des Koch'schen Mittels noch nicht vollkommen gelöst ist. Ohne Zweifel kann man aber bei Personen mit langem, schlaffen Brustkorb, die sonst leicht der Schwindsucht verfallen würden, vorbeugend einwirken.

Ausserordentlich wertvoll sind aber die Heilergebnisse bei älteren Rippenfellentzündungen, jener häufigen Ursache von Lungenschwindsucht. Hier leistet die schon früher erwähnte Maschine E. 6, wenn sie einseitig angewendet wird Ausserordentliches. Ich spreche dabei aus Erfahrung am eigenen Körper; denn ich selbst bin von einer über die ganze rechte Seite verbreiteten blutig serösen Ausschwitzung am Rippenfelle vollständig geheilt worden, obwohl gerade die blutig serösen Ausschwitzungen gewöhnlich als die unheilvollsten gelten. Auch da, wo die eigentliche Ausschwitzung verschwand, aber eine mehr oder minder grosse Schwarte besteht, sind methodische Tiefatmungen dringend von nöten.

4. Erkrankungen des Herzens und andere Störungen des Kreislaufs.

Die Behandlung der Herzkrankheiten und Kreislaufstörungen mittels schwedischer Medikomechanik ist eine der dankbarsten.

Schon im Anfang unseres Jahrhunderts wurde von P. H. Ling und seinen Schülern die Thatsache erkannt und vertreten, dass Störungen des Blutkreislaufs, weil auf mechanische Momente zurückführbar auch mit mechanischen Mitteln zu verbessern seien. In den 50er Jahren unseres Jahrhunderts machten die Herzkranken bereits gegen 2 pCt. der Patienten heilgymnastischer Institute aus und waren mit den Ergebnissen dieser Behandlung sehr zufrieden. Sonderbarer Weise ist diese Methode bis in die 60er Jahre hinein in den offiziellen Ärztekreisen Deutschlands ganz unbekannt geblieben. Hier bei uns legte man damals den armen Herzleidenden die schmerzlichsten Entbehrungen auf, schwächte ihr krankes und so sehr der Stärkung bedürftiges Herz durch Ruhe und eine sogenannte „blande Diät" und wunderte sich nachher noch, wenn ein solcher armer Herzleidender selten das 50. Lebensjahr überschritt. Auch die von dem Münchener Kliniker Lindwurm ins Deutsche übersetzten Schriften von Stokes, welche bereits auf die Notwendigkeit einer Übung des Herzens hindeuten fanden nicht den verdienten Beifall, ebensowenig die den englischen Vorbildern entlehnten und leider als eigene Ideen hingestellten Aphorismen Steinbachers. Erst seit dem Erscheinen des auf eigene Forschungen begründeten Oertel'schen Werkes über die Kreislaufstörungen wagte die Mehrzahl der deutschen Ärzte, die Krankheiten des Herzens vom mechanischen Standpunkte aus zu behandeln.

Man hat Professor Oertel den Vorwurf gemacht, dass er allzu einseitig nur Berg-Steigbewegungen als herzstärkend betrachtet und den Wert der schwedischen Heilgymnastik unterschätzt habe. Dieser Vorwurf ist durchaus ungerecht. Ich

habe die Freude gehabt, Herrn Professor Oertel wiederholt in meiner Anstalt begrüssen zu können, wo er sich mit grosser Anerkennung über die schwedische Heilmethode und deren Resultate bei Herzleiden aussprach, und mir die Anregung gab, auch die Massage des Herzens mittels einer Maschine durchzuführen. Der Nutzen der schwedischen Behandlung von Kreislaufstörungen, mögen dieselben nun im Herzen oder in den Gefässen liegen besteht in folgenden Punkten:

a. Der venöse Kreislauf wird entlastet und die Herzarbeit damit erleichtert. Eine Reihe zweckmäfsig konstruierter Maschinen treibt das rückläufige venöse Blut nach dem rechten Herzen und nimmt dem letzteren damit diejenige Arbeit ab, welche es sonst als Saugpumpe verrichten müsste.

b. Es wird die Beschaffenheit des Herzmuskels selbst verbessert, indem er methodisch geübt und durch langsam sich steigernde Anforderungen zu vermehrter Leistungsfähigkeit erzogen wird. Wie häufig diese wohlthuende Wirkung eintritt lässt sich durch Messungen an dem „Sphygmographen“ feststellen. Es ist dies eine kleine Schreibmaschine, welche auf die Stelle des Pulses geschnallt vermittelst einer äusserst feinen Feder die Wellenhöhe des Pulses und damit zugleich die Energie und die einzelnen Phasen der Herzbewegung auf einen am Apparat vorbeirollenden Papierstreifen aufzeichnet. Eine solche mechanische Verrichtung kann weder lügen noch schmeicheln. Sie zeichnet uns die Verhältnisse, wie sie wirklich sind und belehrt uns über die fortschreitende Besserung weit unparteiischer und zuverlässiger, als es selbst die beredteste Schilderung des Patienten vermöchte.

c. Herstellung einer leichteren Atmung und wirksame Bekämpfung von Kurzatmigkeit, die den Herzleidenden oft weit mehr belästigt, als die Thätigkeit seines Herzens selbst. Dies ist um so wichtiger, als alle Herzleidenden sehr zu Katarrhen der Atmungs-Organe geneigt sind und bei solchen Katarrhen schlimme Tage und noch schlimmere Nächte durchzumachen haben.

Ganz besonders tritt es bei der Behandlung Herzleidender hervor, wie unendlich die schwedische Methode der gewöhnlichen Zimmergymnastik und den Turnbewegungen als Heilmittel überlegen ist. Bei den letzteren wird durch Kontraktion der Bauchmuskeln häufig der Brustkorb in der Einatmungsstellung fixiert und hierdurch eine Stauung in den Venen des Kopfes erzeugt, weil infolge der unausbleiblichen Anstauung des Blutes durch die Lungen das Einströmen des Blutes in das rechte Herz erschwert wird. Fällt dann die Kraftanstrengung weg, so strömt mit einem Schlage das rechte Herz voll und kann dadurch leicht in schädlicher Weise erweitert werden. Ich habe dies namentlich häufig gesehen bei Patienten welche vorher die sogenannten Bruststärker von Largiadère und mit elastischen Federn versehene Turnstäbe oder auch den Ergostaten gebraucht hatten. Bei diesen für Zimmergymnastik kritiklos empfohlenen Apparaten wächst der Widerstand progressiv, während er bei den schwedischen Apparaten langsam an- und langsam wieder abschwillt, so dass eine schädliche venöse Stauung nicht möglich ist.

Häufig hört man von ärztlicher Seite die Behauptung, dass nur die nervösen Störungen des Herzens der schwedischen Behandlung zugänglich seien.

Glücklicher Weise können wir auch Klappenfehler und deren Folgezustände, ferner Erweiterung des Herzens, chronische Herzmuskelentzündung, Fettherz, Alkohol- und Tabakherz recht häufig mit dem besten Erfolge behandeln. Es bedarf aber auch dazu strenger Überwachung durch den Arzt und grosser Aufmerksamkeit, Ausdauer und Willenskraft des Patienten. Dann wird bei Klappenfehlern eine baldige und ausreichende Kompensation, bei Schlaffwandigkeit des Herzens eine Erstarkung desselben geschaffen — beides durchschnittlich in wenigen Monaten. Nur selten erlebt man einen Misserfolg und zwar tritt derselbe am ehesten noch bei nervösen Affektionen des Herzens ein.

5. Krankheiten der Unterleibsorgane.

Als vor etwa 10 Jahren die Massage als Heilmittel wieder Mode wurde, glaubten namentlich die an habitueller Verstopfung Leidenden eine Panacee für ihre Beschwerden gefunden zu haben, und es wurde von männlichen und weiblichen Masseuren wacker auf die betreffenden Bäuche losgearbeitet. Auch die schwedische Medikomechanik kennt eine Bauchwalkung und eine kreisende Bauchmassage, welche mittels Maschinenkraft ausgeführt wird. Aber wir sind weit entfernt davon, dieselbe schablonenmässig anzuwenden, sobald einmal die Unterleibsfunktionen stocken.

Gar zu häufig haben wir schon gesehen, wie gerade diejenigen, die sich jahraus, jahrein den Leib massieren lassen, schliesslich den trägsten Stuhlgang bekamen. Wir betrachten die Bauchmassage als ein mechanisches Durcharbeitungsmittel des infolge mangelhafter Eigenthätigkeit des Verdauungsschlauches nicht genügend durchkneteten und fortbewegten Darminhaltes. Aber so nützlich die Herbeiführung eines gleichmässigen, weichen und durchgearbeiteten Darminhaltes ist, um den Stuhlgang zu erleichtern und zu fördern, so wenig kann der Akt des Stuhlganges selbst, weil von ganz anderen Nerven- und Muskelkräften abhängig, dadurch hervorgerufen werden. Auf den Stuhlgang selbst wirkt vielmehr eine mit der Erschütterungsmaschine gegebene Reizung der unteren Rückenmarksabschnitte. Der Stuhlgang ist nämlich ein äusserst komplizierter und durch verschiedene Nerveneinflüsse eingeleiteter Vorgang, bei dem die Erregung eben dieser Nerven das Wichtigste ist. Damit soll keineswegs die Zweckmässigkeit der Bauchmassage unterschätzt, sondern nur vor ihrer Übertreibung und kritikloser Anwendung gewarnt werden.

Die oben genannten Erschütterungen wirken auch, wenn sie mittelst einer geeigneten Pelotte auf die Oberbauchgegend

übertragen werden, vorzüglich bei chronischen Magenkatarrhen und namentlich bei solchen, die chronische Magenerweiterung im Gefolge haben. Es ist sehr eigentümlich, dass diese Erschütterungen in der Nabelgegend eine Hemmung und in der Magengegend angewendet eine Förderung des Stuhlganges hervorrufen. Hieraus geht hervor, dass bei der Verdauung nervöse Einflüsse mit im Spiele sind, die wir noch nicht völlig übersehen können und für deren Dienstbarmachung wir uns lediglich auf den Weg der praktischen Erfahrung nicht aber des physiologischen Raisonnements begeben müssen.

Über alle diese Verhältnisse und über die bei diesen Krankheiten nötige Diät sind in meiner bei H. Steinitz in Berlin erschienenen Brochüre betitelt: „Diät und Wegweiser für Hämorrhoidarier" eine Reihe von Einzelheiten angegeben. Gerade weil viele der in den verschiedensten Wechselbeziehungen stehenden chronischen Leiden des Unterleibes mit mehr oder weniger Recht unter die einzige Gruppe der „Hämorrhoiden" zusammengeworfen werden, erachtete ich es als erspriesslich für das gebildete Publikum, diese Dinge einmal im Zusammenhang zu besprechen.

---

6. Krankheiten des Nervensystems.

Von den Krankheiten der sensiblen Nerven kommen für die Bewegungskur in erster Linie die verbreiteten Störungen der Sensibilität in Betracht. Dieselben äussern sich entweder in Herabsetzung des Gefühls (Anästhesie) oder in Steigerung des Gefühls (Hyperästhesie) oder endlich in abnormen Empfindungen (Parästhesie), wie sie in dem Gefühl von Ameisenlaufen, Taubheit in den Gliedern, Pelzigsein und dergl. unliebsam bekannt sind. Hierher gehören auch die eigentümlichen Gefühle von Wärme und Kälte, die den Befallenen ausserordentlich lästig werden. Je nachdem derartige Leiden auf leichteren oder

schwereren Vorgängen im Zentralnervensystem beruhen ist die Behandlung lohnend oder nicht. Nötig ist es auf jeden Fall, eine recht genaue Krankengeschichte aufzunehmen, wobei man oft zu überraschenden Ergebnissen gelangt, insofern als nicht selten schädliche Gewohnheiten oder rheumatische Affektionen, oder auch eine gewöhnliche Anämie diese lästigen Gefühle bedingen, worauf nach Anordnung der entsprechenden Übungen recht häufig die Erscheinungen zum Schwinden gebracht werden.

Neuralgien sind für die schwedische Behandlung dann am günstigsten, wenn die Schmerzen in den Nerven zwischen willkürlichen Muskeln verlaufen, wodurch unseren Maschinen bequeme Angriffspunkte dargeboten werden. Am dankbarsten haben sich mir bewiesen die im Nacken, in der Lendengegend und im Oberschenkel sich abspielenden Neuralgien.

Etwas weniger dankbar sind die im Gesicht, im Hinterhaupt und im Steissbein auftretenden schmerzhaften Anfälle.

Die so häufigen Schmerzanfälle in den Zwischenrippenräumen, welche von den Patienten in der Regel als quälendes Seitenstechen geschildert werden, habe ich durch die mehrfach schon erwähnte Maschine E. 6 also durch eine starke Dehnung des Zwischenrippenraumes in einigen Fällen mit ausgezeichnetem, in anderen wieder mit geringerem Erfolge behandelt. Einen Grund für die Wirkung oder Nichtwirkung im einzelnen Fall kann ich nicht angeben. In meinem Institute erwiesen sich bei den meisten Neuralgien die Erschütterungen als aufserordentlich nützlich. Es befanden sich unter den mir zugegangenen Fällen solche, die schon den ganzen Arzeneischatz, nach diesem den Pfarrer Kneipp und andere „Koryphäen“ vergeblich gebraucht hatten, und die schon nach einer mehrwöchentlichen Behandlung noch dazu während feuchtkalten Wetters genasen.

Bei Ischias habe ich neben vielen Erfolgen auch einige Misserfolge zu verzeichnen. Jedenfalls kann bei diesem überaus lästigen Leiden, das so oft durch Medikamente recht unangenehme

Folgewirkungen zeitigt, die schwedische Behandlung niemals schaden, sondern ich habe sogar auch da, wo die Schmerzanfälle selbst nicht vollständig heilten, sondern nur seltener und milder wurden doch wenigstens die Beweglichkeit und die allgemeine Leistungsfähigkeit erhöhen können.

Für die Gelenk-Neurosen d. h. jene überaus schmerzhaften in den Gelenken sich abspielenden Anfälle mit gleichzeitiger Bewegungsstörung dürfte sich kein anderes Heilmittel auch nur annähernd im raschen und sicheren Erfolg mit der schwedischen Heilgymnastik vergleichen lassen. Ich habe in dieser Beziehung namentlich bei Damen ausserordentlich günstige Heilerfolge beobachtet.

Schwieriger ist schon die Behandlung der in den motorischen Nerven sich abspielenden Krankheiten und namentlich der Lähmungserscheinungen peripheren Ursprungs. Unter 3 Monaten darf man hier auf gar keinen Erfolg rechnen; etwas günstiger liegen die Verhältnisse bei den motorischen Reizungserscheinungen und namentlich beim Schreibkrampf. Bei diesen lässt sich in 6 bis 8 Wochen oft ein recht guter Erfolg erreichen, zumal wenn die Patienten verständig genug sind, auch nach der Kur daheim noch einige regelmässige Gymnastik fortzugebrauchen. In dasselbe Gebiet gehören die nicht seltenen Fingerkrämpfe der Klavier- und Violinspieler, der Telegraphisten u. s. w.

Einige interessante Fälle von Nervenkrankheiten s. im 4. Kap.

---

7. Krankheiten des Gehirns und Rückenmarks.

Von den Gehirnkrankheiten eignen sich besonders die Folgezustände nach einem Gehirnschlag vorzüglich für die schwedische Behandlung. Man wird aber gut thun, dieselbe nicht vor dem vierten Monat nach erfolgtem Schlaganfall einzuleiten. Die Kontrakturerscheinungen, welche der bisher beliebten elektrischen Behandlung immer trotzten, bilden sich meist

schon in der vierten oder fünften Behandlungswoche zurück, was von den Patienten als eine grosse Wohlthat empfunden wird. Auch nehmen die Teile verhältnismässig rasch an Fülle und Kraft wieder zu und namentlich das schlaffe Herabhängen der früher gelähmten Glieder macht bald einer leichten Gebrauchsfähigkeit Platz. Nur sehr selten sah ich mich veranlasst zur Unterstützung der Kur elektrische Bäder zu verabreichen und dies nur dann, wenn starke Zusammenziehung einzelner Muskelgruppen vorhanden war.

Ich lasse alsdann im elektrischen Bade die Gegenmuskeln der krampfhaft zusammengezogenen Muskeln mit einer elektrischen Platte bestreichen, bis die gewünschte Wirkung eintritt. Ein elektrisches Bad gestattet, Ströme von grosser Stärke und geringer Schmerzhaftigkeit anzuwenden, ist also für solche Fälle von Lähmungen dem gewöhnlichen Elektrisieren bei Weitem vorzuziehen. Durch diese Kombination erreichte ich öfters in einer Woche mehr, als früher durch einseitige elektrische Behandlung in 4—5 Monaten erreicht worden war.

Über die Behandlung von Rückenmarkkrankheiten fehlen mir zur Zeit noch eigene sichere Resultate. Aus Schweden werden uns aber verhältnismässig günstige berichtet. Am meisten erhoffe ich von den nach Rückenwirbelkrankheiten zurückbleibenden Druckerscheinungen.

---

7. Krankheiten der Bewegungsorgane.

Der Rheumatismus, jene vielbelächelte, aber von den Leidenden oft viel beklagte Steifigkeit einzelner Muskeln ist schon seit Jahrtausenden das Ziel von Heilbestrebungen gewesen. Man würde ganze Bände füllen können mit der Beschreibung der oft absurden Heilmittel gegen Rheumatismus. Vom warmen Wasserumschlag bis zum Kuhfladen, vom Opodeldok bis zum

Pain Expeller und anderen nur ihrem Fabrikanten die Tasche füllenden Geheimmitteln, vom renommierten Mineralwasserbade bis zur tierischen Wärme in Gestalt von frischen Kalbsleichen ist hier schon Alles versucht worden, was menschlicher Witz und Aberwitz zu ersinnen vermochte. So ist denn eine grosse Zahl von jenen, die irgend ein neues Heilmittel versuchen wollen, immer rheumatisch und so waren auch die ersten Patienten, die mein schwedisches Institut besuchten, alte Rheumatiker, darunter mehrere Ärzte. Ich kann zu meiner Freude sagen, dass ich bisher mit der medikomechanischen Behandlung des Rheumatismus immer befriedigende Ergebnisse gehabt habe.

Diese Ärzte sind aus vorsichtig und teilweise sogar misstrauisch Beobachtenden begeisterte Anhänger des Verfahrens geworden, und haben ihren eigenen rheumatischen Patienten dringend zu einer „schwedischen Kur“ gerathen. Eine günstige Einwirkung wurde namentlich beobachtet bei dem Schulter- und Genickrheumatismus, ferner bei den rheumatischen Schmerzen zwischen den unteren Enden der Schulterblätter und bei dem Rheumatismus der Kopfschwarte, welcher so häufig als Kopfgicht bezeichnet wird, endlich bei einzelnen Fällen von sogenanntem Hexenschuss. In allen diesen Fällen ging ich von dem Grundsatz aus, erst durch passive Einwirkungen, wie Klopfen, Streichen und Hacken die betreffenden Teile mit Blut zu füllen, sodann durch passive Lockerungen beweglich zu machen und dieselben endlich an geeigneten Apparaten aktiv bewegen zu lassen.

Man wird mir einwenden, dass alles dies die übliche Massage der Badediener auch vermöchte, aber die Energie, Ausdauer und Sicherheit, mit welcher die schwedischen Maschinen arbeiten, lässt sich auch nicht im mindesten durch die Handmassage erreichen, ganz abgesehen davon, dass unsere Maschinen weder schwitzen noch launisch werden noch ermüden, was alles bei einem Masseur der Fall ist. Es ist auch für einen Patienten, der mit der Zeit geizen muss, sehr vorteilhaft, dass ein Ent-

kleiden (was ihm noch dazu oft Schmerzen macht) bei der Zanderschen Kur nicht nötig ist, so dass 20—30 Minuten täglich genügen, um sich dieser Kur in aller Behaglichkeit zu unterziehen. So haben denn alle diejenigen, die von ihrem Rheumatismus hier geheilt worden sind, mir immer neue Leidende aus ihrem Freundeskreise überwiesen und namentlich hatte ich recht häufig das Vergnügen von Waidmännern zu hören, dass sie erst jetzt ungestraft sich Wind und Wetter aussetzen könnten,

Von volkswirtschaftlicher Bedeutung wird alljährlich immer mehr die schwedische Mediko-Mechanik bei der Behandlung der zahlreichen Glieder- und Gelenksteifigkeiten nach **Unfällen** und sonstigen **Verletzungen.**

Unsere humane Gesetzgebung hat es dahin gebracht, dass verletzte Arbeiter mit ausserordentlicher Vorliebe bis über die 13. Woche hinaus die Behandlung ihrer Verletzung hinauszuziehen suchen. Von diesem Momente an fallen sie der Unfallberufsgenossenschaft zu und beziehen eine Rente, wie sie demjenigen, der in geistiger Arbeit invalide geworden ist, nicht immer zuteil wird. Oft liegt freilich das überaus langsame Ausheilen derartiger Verletzungen auch an den mangelhaften Einrichtungen kleiner Krankenhäuser und an den selbst beim besten Willen der Ärzte nicht abzuwendenden Unzuträglichkeiten der kleinstädtischen und der Landpraxis. Welcher vielbeschäftigte Arzt ist in der Lage, täglich einige Stunden für Massage von Arbeitern erübrigen zu können? Und welche Kasse würde ihm das so vergüten, wie es nötig wäre, um es nach den Regeln der Kunst machen zu können?

So war es mir denn beschieden, gleich nach Eröffnung meiner Anstalt eine Reihe verletzter Arbeiter in Behandlung zu bekommen, bei denen die Verletzung selbst geheilt wurde, aber infolge Bewegungsstörung und Steifigkeit eine Arbeitsunfähigkeit konstatiert war. Das Hauptkontingent stellten Verrenkungen, Knochenbrüche und Muskelschwund, lähmungsartige Schwäche u. s. w. infolge von Weichteilverletzungen. Trotzdem sich

hierunter Verletzte befanden, die bereits über ein Jahr die volle Rente genossen, war ich in der glücklichen Lage 60 pCt. gänzlich oder nahezu arbeitsfähig zu machen und bei etwa 30 pCt. die Rente wesentlich herabsetzen zu können. In den übrigen Fällen war nur ein geringerer Erfolg zu erzielen.

Ein ausserordentliches Arbeitsfeld hat ferner die Medико-Mechanik auf dem Gebiete der **Orthopädie**. Wie ausserordentlich verbreitet orthopädische Leiden sind, geht aus der Thatsache hervor, dass das deutsche Reich mehr als 100 000 Krüppel zählt, die nicht infolge von Verletzungen, sondern lediglich durch englische Krankheit oder andere Knochen- und Gelenkerkrankungen ihre Glieder nicht wohl gebrauchen können. Dass die skoliotischen d. h. mit einer seitlichen Verbiegung der Wirbelsäule behafteten Schulmädchen nach Hunderttausenden zählen, ist ein öffentliches Geheimnis. Glücklicherweise sind die meisten dieser Fälle nicht so schlimm und gleichen sich durch vernünftige häusliche Massnahmen, Turnen, Baden u. s. w. grösstenteils wieder aus. Aber es bleiben immer noch genug solche übrig, welche einer geeigneten ärztlichen Behandlung bedürfen. Doktor Zander hat auch für diese Fälle eine Reihe sinnreich erdachter Maschinen konstruiert. Duch besondere Schönheit und Zweckmässigkeit zeichnen sich seine Messapparate aus, mit denen der Grad der Abweichung vom normalen Wachstum auf das Feinste bestimmt und abgezeichnet werden kann.

Nicht in allen Fällen genügt bei Erkrankungen der Wirbelsäule die medikomechanische Behandlung allein. Es mussten vielmehr oft genug noch Korsets und andere Hilfsmittel verwendet werden.

Gerade durch das Zusammenwirken von Gymnastik und Stützapparaten werden die besten Heilergebnisse erzielt. Es muss dies ausdrücklich hervorgehoben werden, weil, wie mir scheint, in der Orthopädie in Zeiträumen von einigen Jahren die Mode wechselt und nach dem Vorgang dieser oder jener Berühmtheit plötzlich elne bestimmte einseitige Behandlungs-

art Mode wird, um wenige Jahre darauf wieder verlassen zu werden.

So gehörte es noch vor Kurzem zum guten Ton, alle Korsets unbedingt zu verwerfen. Die verkrümmten Kranken wurden einfach aufgehängt, und man freute sich, wenn dadurch ihr Rücken vorübergehend gerader wurde. Aber durch dieses forcierte Aufhängen wurden auch die Gelenkbänder schlaff gemacht, und wenn der Patient aus der Schlinge herauskam, knickte er bald wieder zusammen.

Nachdem man diesen Missgriff eingesehen, legte man schon aus Rücksichten der Billigkeit Filzkorsets oder auch abnehmbare Gypskorsets an. Aber auch dies scheint mir nicht der richtige Weg zu sein. Ich pflege deshalb bei Verkrümmungen der Wirbelsäule die Muskeln durch methodische Übungen zu stärken, die Glieder bezw. einzelnen Wirbel durch die schwedsichen Maschinen möglichst gerade zu rücken, lasse aber in vorgeschrittenen Fällen für die Zwischenzeit ein nach dem Gypsmodelldes betreffenden Körpers gearbeitetes festes Korset mit Schluss am Becken anlegen, damit nicht in 11 Stunden Tagesbeschäftigung das wieder verschwindet, was in einer Stunde Gymnastik, glücklich erreicht wurde.

Ähnliche Grundsätze sind meines Erachtens auch bei anderen orthopädischen Leiden notwendig. Es würde den Rahmen dieser lediglich zur Orientierung bestimmten Schrift überschreiten, alle diese Leiden aufzuzählen und die Behandlungsart derselben anzugeben.

---

9. Frauenkrankheiten.

Schon in der Einleitung haben wir erwähnt, wie sehr die Frauenwelt dem schwedischen Major Thure Brandt zu Dank verpflichtet sein darf, da er eine grosse Reihe von Frauenkrankheiten, die bisher mit Sengen und Brennen, Schaben und

Kratzen behandelt worden waren, auf eine weit schonendere und namentlich das Schamgefühl weniger verletzende Art mittels einer Art von Massage erfolgreich zu behandeln lehrte.

Bei dieser Art Massage werden nicht, wie bei der gynäkologischen Untersuchung, die betreffenden Teile dem Auge des Arztes blossgelegt, sondern es wird unter sorgfältiger Vermeidung aller solcher Bewegungen, welche etwa die Wollust-Organe peinlich berühren könnten, eine schonende Massage unter den Kleidern ausgeführt, die sich begreiflicher Weise nur in einem Fach-Organ beschreiben lässt, die aber, wie ich bestimmt versichern kann, auch feinfühlenden Damen nicht peinlich ist. Bei Schwellungen oder Senkungen oder Vorbiegungen der „Mutter" ist schon nach wenigen Sitzungen eine Besserung deutlich bemerkbar.

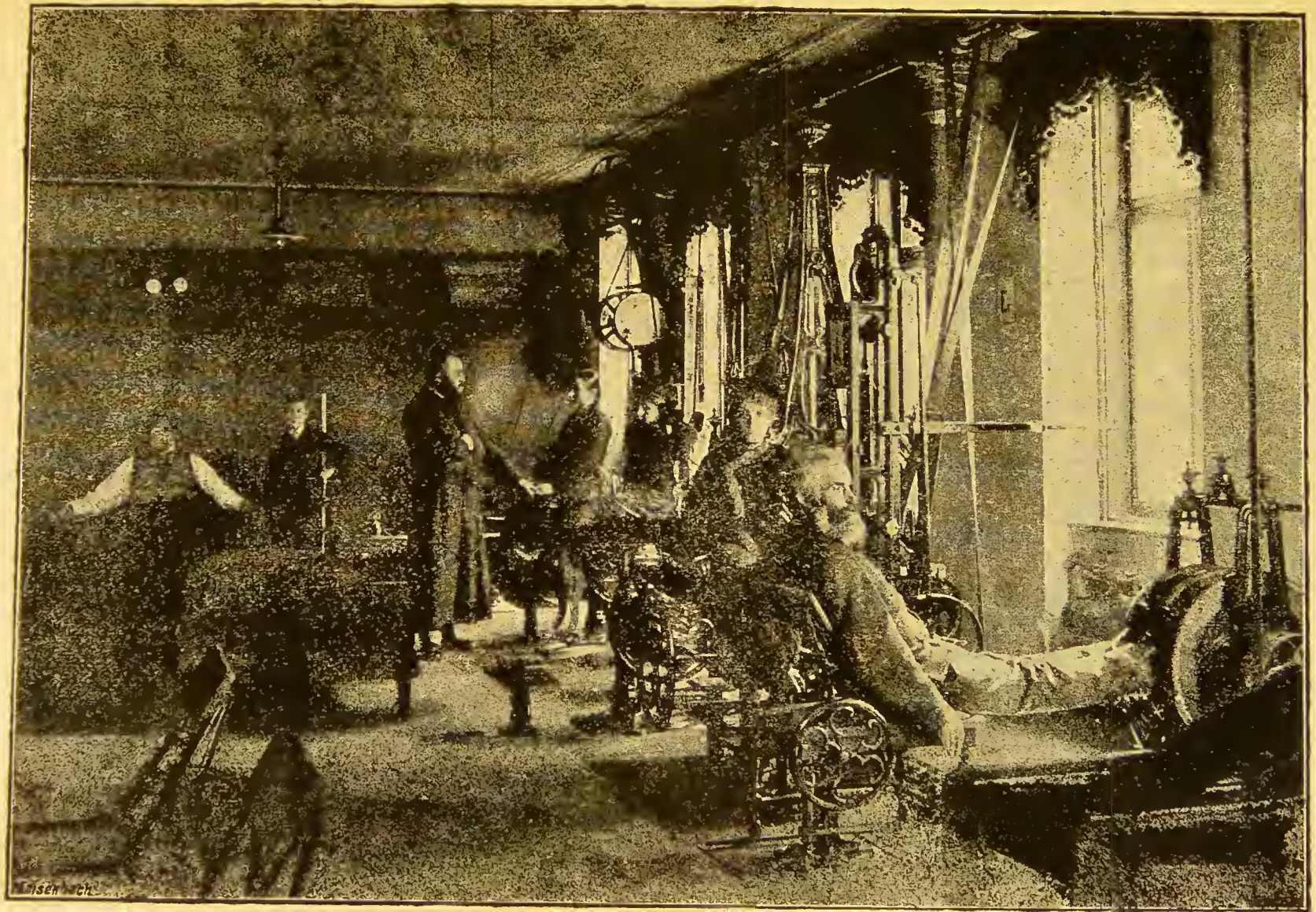
Als nötige Ergänzung zu dieser Massage dienen gewisse heilgymnastische Bewegungen, welche je nach dem vorliegenden Fall entweder das Blut zu den Geschlechtsorganen hin, oder von diesen fortzuleiten bestimmt sind. Ferner werden Bewegungen mit der Thure Brandt'schen Methode verknüpft, welche eine grössere Straffheit des Unterleibes bewirken und die in demselben gelegenen Organe am Herabrutschen verhindern.

Zu dieser Kategorie zählt auch die schwedische Behandlung der Wanderniere. Es ist dies zwar keine Frauenkrankheit im engeren Sinne, kommt aber beim weiblichen Geschlecht mindestens 10 mal so häufig vor, als beim männlichen und erfordert zur Heilung ganz ähnliche Bewegungen, wie sie bei den eigentlichen Frauenkrankheiten nötig sind.

Die Beschwerden, welche die Wanderniere hervorruft, sind so überaus wechselvoll und mannigfach, dass eine ungemein grosse Anzahl von Frauen, welche wegen ihrer beständig wechselnden Klagen von ihren Männern und auch leider zuweilen von ihren Ärzten verhöhnt werden, daran leiden, ohne es zu wissen.

In der That ist die Diagnose einer Wanderniere eine

schwierige Sache und glückt oft erst, wenn man die Patientin in verschiedenen Stellungen und zu verschiedenen Tageszeiten genau untersucht hat. Ist dann aber die Ursache gefunden, so schwindet erfreulicher Weise mit einer geeigneten Behandlung auch jenes Heer von Beschwerden, unbestimmter Schmerzen, Übelkeiten, ohnmachtartigen Anfällen, launischen Gefühlen u. s. w. Es ist nur wünschenswert, dass eine gut konstruierte Leibbinde, welche ausserhalb der Übungen getragen wird die Kur unterstütze.



Capitel III.

Einrichtung eines Zander'schen Instituts.

Auf dem vorstehenden Bilde bemerkt der freundliche Leser einen Saal, in welchem eine Reihe von Personen, jung und alt in friedlicher Gemeinschaft unter der Anleitung eines Arztes an den Zander'schen Maschinen arbeitet, oder vielmehr sich von jenen bearbeiten lässt.

Es sind nämlich nur einige passive Apparate meines Münchener Instituts, welche der Photograph zum Zwecke einer kleinen Übersicht aufgenommen hat. Zweierlei geht indessen schon aus diesem Bilde hervor.

Einmal, dass keine Veränderung der Toilette nach irgend einer Richtung nötig ist und zweitens, dass der Betrieb durchaus angenehm und vor allen Dingen gänzlich gefahrlos ist. Es würde schon ein bedeutender Grad von Ungeschicklichkeit dazu gehören, sich an einer solchen Maschine zu beschädigen.

Der Kurgast kommt, nachdem er auf Grund einer ärztlichen Beratung als geeignet für die schwedische Behandlung befunden ist, in den Saal herein, erhält von dem Arzte diejenigen Maschinen und Apparate angewiesen, die für seinen Zustand geeignet sind, und übt nun unter ärztlicher Aufsicht munter darauf los. Auf dem Rezepte, welches er nach voraus-

gegangener Untersuchung erhält, finden sich eine Reihe von Buchstaben und Zahlen aufgeschrieben, welche die Art der für ihn passenden Apparate, die Art der Widerstände und endlich die Zeitdauer der Einwirkung bestimmen.

Alle Apparate werden nämlich in eine Reihe von 10 Klassen eingeteilt und diese Klassen durch die Buchstaben A bis K von einander unterschieden:

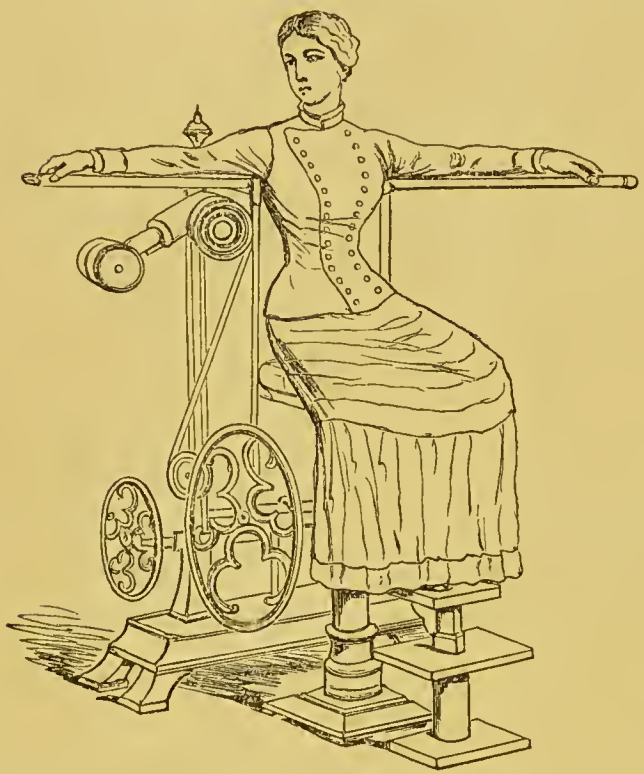
A bedeutet eine aktive Armbewegung, von welcher es 12 verschiedene Nummern giebt,
B bedeutet eine aktive Beinbewegung,
C „ „ „ Rumpfbewegung,
D „ „ „ Balancierbewegung.

Alle die bisher genannten sind solche, die die Muskeln und Nerven, sowie die Gelenke durch Schaffung künstlicher Widerstände üben und entwickeln, also die in dem Körper selbst brachliegenden Hilfsmittel aufrütteln und zu harmonischer Entwicklung bringen.

Das ist der grosse Unterschied von der medikamentösen Behandlung, bei welcher Stoffe, die dem menschlichen Organismus fremd sind, und die häufig genug eine schädliche Nebenwirkung haben, dem Körper einverleibt werden.

Damit die Übungen ebensowohl für Kinder und Frauen als für Männer in der Vollkraft ihres Lebens geeignet sind hat jeder solcher Apparat 20 verschiedene Widerstände, welche durch Gewichte erzeugt werden, die an langen Hebelstangen hin- und herbewegt werden können. Wenn z. B. jemand auf seinem Rezept Folgendes stehen hat: A 6—7—15 so bedeutet dies, dass der Apparat A, welcher die 6. Bewegung, nämlich das Seitwärtsführen der Arme zu leisten hat, von dem Assistenten an der Hebelstange auf den 7. Widerstand einzustellen ist und dass die Bewegung von dem Patienten 15 mal gemacht werden soll.

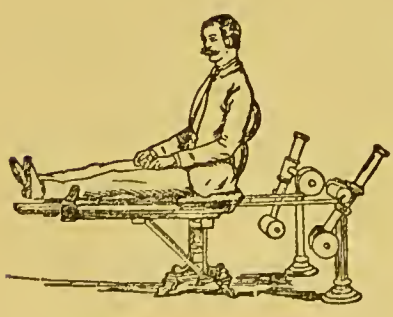
Die Übenden finden sich so rasch in diese praktische Einteilung hinein, dass sie schon am 2. oder 3. Tage, selbst wenn sie nicht höhere Bildung besitzen, die Sache vollkommen beherrschen. In welcher Weise dies geschieht, wird durch die beistehenden Abbildungen, von denen die eine A 6 und die andere B 5 vorstellt, veranschaulicht.



Der Zander'sche Apparat A 6.

Die Buchstaben E, F, G, H und I bedeuten passive Bewegungen und mechanische Einwirkungen, also die Zander'sche Form der „Massage".

Bei diesen Gruppen arbeitet nicht der Patient, sondern die Maschine, indem sie entweder die Kapseln, Sehnen, Bänder und Muskeln eines Gliedes dehnt und erweicht, oder Nerven und sonstige Organe erschüttert (F) oder durch massierende Hackbewegungen den Blutumlauf befördert (G), oder durch Knetungen (H) einen mangelhaft fungierenden Unterleib beeinflusst, oder durch Streichungen und Walkungen alle die eben geschilderten Einwirkungen zu ersetzen sucht (I).



Der Zander'sche Apparat B 5.

Greifen wir von diesen Maschinen einige als Beispiel heraus. Die Maschine E 6 stellt einen kühnen Kuppelbau dar, in dessen Mitte eine kräftige Eisenstange über einer excentrischen Scheibe auf und abgleitet. Diese Bewegung wird durch ein Triebwerk je nach der Individualität des Übenden auf und nieder gemacht. Ein Fingerdruck auf die Maschine lässt dieselbe in Gang kommen und nun beginnen die beiden Achselgabeln die Schultergelenke nach oben und aussen zu nehmen, den ganzen Brustkorb in die Höhe zu ziehen und kräftig zu erweitern. Alle diese Bewegungen erfolgen rythmisch und passen sich dem natürlichen Atmungsvorgange an. Der Patient muss tief atmen, gleichgiltig ob er will oder nicht; und hierin liegt der unendliche Vorteil, welchen diese Methode namentlich bei einseitigen Verkrümmungen, oder auch bei einseitigen Ausschwitzungen im Rippenfellraume gewährt. Dreht man den Übenden auf die andere Seite und lässt gleichzeitig durch die Maschine einen federnden Druck auf den unteren Teil seiner vorderen Brustwand ausüben, so hat man dadurch eine entgegengesetzte Wirkung, nämlich eine Zusammenpressung der unteren Lungenabschnitte, wie sie namentlich bei starkem Emphysem so ausserordentlich wichtig ist. Bekanntlich besteht ja das Emphysem aus einer Erweiterung der ihrer Elastizität verlustig gegangenen Lungenbläschen. Dieselben sind nicht mehr im Stande, sich bei der Ausatmung zusammenzuziehen und haben den ganzen Brustkorb mit in ihre Erweiterung einbezogen.

Wird nun die natürliche Ausatmung durch einen kräftigen, aber wohl abgemessenen Druck von aussen unterstützt, so gelingt es, den so notwendigen Gasaustausch in der Lunge wieder herzustellen und schliesslich sogar einen grossen Teil der geblähten Lungenbläschen wieder zur normalen elastischen Spannung zurückzuführen.

Ich muss indessen ausdrücklich bemerken, dass die letzte Wirkung dieses Apparates von Doktor Zander selbst nicht in Verwendung gebracht wird und dass ich wohl der einzige Ver-

treter seines Systems bin, der diesen Apparat in dieser Weise verwendet. Die Anregung dazu wurde mir durch Herrn Professor Oertel gegeben, der in seinem bekannten Vortrag über die „Massage des Herzens" eine methodische Kompression des Brustkorbes dringend befürwortet.

Der allgemeine Liebling unter den Apparaten ist jedenfalls F 1 d. h. eine Maschine, welcher durch Räder von verschiedener Grösse eine ausserordentliche Vibration von acht- bis neunhundert Schwingungen in der Minute mitgeteilt wird. — Durch verschiedene Vorrichtungen können diese Erschütterungen auf alle möglichen Körperteile übertragen werden. Legt man z. B. seine Füsse auf die Bank dieser Maschine, so werden sie bis zum Becken hinauf erschüttert und dadurch eine überaus kräftige Art von Massage hervorgerufen. Dieselbe wirkt namentlich sehr günstig auf Gelenke von Gichtkranken u. s. w. ein. Auch die chronische Gelenkwassersucht eignet sich vortrefflich für diese Behandlungsform. Sehr rasch werden durch die Anregung des Lymphstromes die betreffenden Gelenke entwässert und wieder beweglich gemacht.

Ferner gehören zu F 1 eine Reihe von Platten, Kissen, gebogenen Stützen, Scheiben, Klammern und Gummiballons. Mittels aller dieser genannten Vorrichtungen werden die Erschütterungen auf das Herz, oder auf bestimmte Nerven und Muskelgruppen, ja sogar auf den Kehlkopf, die Schläfen und die Ohren übertragen. Über die eigentümliche Wirkung dieser Maschine auf den Stuhlgang haben wir Seite 30 gesprochen. Aber auch bei Herzklopfen ist eine rasche, günstige Wirkung unverkennbar. Nach Analogie des aus der Physiologie bekannten „Goltz'schen Klopfversuches" werden die Herzkontraktionen vertieft und verlangsamt.

Von der Gruppe G sind besonders erwähnenswert die sogenante laufende Hackung und die Kopfhackung. Erstere besteht aus 4 kräftigen Gummihämmern, welche durch eine sinnreiche Maschine den verschiedenen Körperteilen zubewegt

werden können und dieselben beklopfen und behacken. Auch diese Maschine erfreut sich einer grossen Beliebtheit, so dass selbst diejenigen Patienten, bei denen sie nicht nötig ist, mich immer mit dem Wunsche plagen, sie auch bei ihnen anzuwenden, da das durch dieselbe hervorgerufene Gefühl so ausserordentlich angenehm sei und dieselbe namentlich nervöse Rückenschmerzen sehr rasch mildert.

Einigermassen gefürchtet ist die Kopfhackung, bei welcher ebenfalls 4 Gummihämmer auf den Kopf herniederrasseln. Wäre nicht die Wirkung namentlich bei rheumatischem Kopfweh eine so rasche, so würde man nur ungern von ihr Gebrauch machen.

Von der Gruppe I. sei hier nur die Armwalkung und die Armstreichung erwähnt. Die erstere walkt den bekleideten Arm zwischen gespannten Lederriemen hin und her und beseitigt dadurch rheumatische Schmerzen, lähmungsartige Schwäche nach Schlaganfällen oder auch nach Knochenbrüchen sehr rasch. Sie arbeitet mit solcher Energie, dass der betreffende Arm rot und warm wird und dass namentlich der bisher von Schmerz geplagte Patient beim Aufhören der Bewegung sich recht wohlgefällig seinen Arm streicht.

Die Rückenstreichung I 5 ist die Lieblingsmaschine der Damenwelt, so dass ich manchmal freundliche Überredung gebrauchen muss, um dieselben wieder von der Maschine herunterzubringen. Dies ist um so bemerkenswerter, als es namentlich dem weiblichen Geschlecht, wenn es zum ersten Male von Maschinenmassage hört, leicht etwas unnatürlich ja sogar unheimlich vorkommt. Sobald die Damen aber nur einmal die Sache durchgemacht haben, sind sie gewöhnlich enthusiasmirt, und nur solche, denen überhaupt nichts recht zu machen ist und die in keiner Lage des Lebens zufrieden sind, stehen auch dieser wohlthätigen Einrichtung kühl bis ans Herz hinan gegenüber.

Die Gruppe K enthält nur einige orthopädische Lagerungsapparate, deren Beschreibung nur für den Fachmann von Interesse ist, die aber in ihrer Konstruktion ebenso den Scharfblick, als das mechanische Genie ihres Erfinders bewundern lassen.

Soviel über die einzelnen Abteilungen der Zander'schen Maschinen-Gymnastik. Es erübrigt uns nun noch, einige Punkte zu berühren, die für das Gelingen einer schwedischen Bewegungskur von grosser Wichtigkeit sind.

Zunächst ist es nötig, dass der Arzt, der ein solches Institut leitet, mit ganzer Seele bei der Sache ist. Die jungen Herren, welche noch nicht lange von der Universität herunter sind, und ihrem Thatendrang gern in gewagten Diagnosen und Eingriffen Luft machen, eignen sich für ein schwedisches Institut entschieden nicht. Es gehört grosse Geduld und auch grosse Entsagung dazu, wochenlang an vielen Patienten dieselben Griffe machen zu müssen, die Maschinen unter grosser Aufmerksamkeit einzustellen, und dieselben Anweisungen einige hundertmal des Tages zu geben. Man muss sich schon in einer langjährigen Praxis ein wenig „die Hörner abgelaufen" haben, und man muss auch recht, recht viele günstige Heilerfolge gesehen haben, um die stille und dabei verantwortungsvolle Thätigkeit in solch einem Institute liebzugewinnen. Aus demselben Grunde habe ich es auch vorgezogen, statt jüngerer ärztlicher Kräfte zu meinen Assistenten erfahrene Nichtärzte heranzuziehen. Man hat mir das in ärztlichen Kreisen verdacht, aber meine Patienten stehen sich besser dabei. Auch diejenigen Ärzte, die als Patienten meine Anstalt aufsuchten, und so einen tieferen Einblick in die Sache gewannen, haben mir dann unumwunden Recht gegeben.

Ferner ist von Wichtigkeit, dass in einem mediko-mechanischen Institute auch Gelegenheit zum Baden vorhanden sei. Namentlich dürfen umfassende Einrichtungen für das Wasserheilverfahren nicht fehlen, denn recht häufig wird durch gleichzeitig angewandte Hydrotherapie eine schwedische Bewegungskur sehr wirksam unterstützt. Dies gilt namentlich für Rheumatismen und ähnliche Zustände.

Endlich habe ich noch in meinem Münchener Institute Gelegenheit gegeben, die durch schwedische Mediko-Mechanik

errungene grössere Leistungsfähigkeit noch durch die Fechtkunst weiter auszubilden. Namentlich wird von unseren Münchener Künstlerinnen gerne hiervon Gebrauch gemacht. Ich kann versichern, dass das französische Floret-Fechten in keiner Weise „unweiblich" ist, dass es vielmehr für den weiblichen Körper kaum etwas gibt, was Anmut und Geschmeidigkeit, Sicherheit des Auges und der Hand, und harmonische Ausbildung des Körpers mehr fördert als die Bewegungen beim Stoss-Fechten. Selbstverständlich gilt dies nur für den gesunden Körper; ein irgendwo vorhandener körperlicher Fehler wird immer nur durch Heilgymnastik zu behandeln sein. Die Zahl meiner „männlichen Fechter" ist gegen die der weiblichen eine ziemlich geringe. Es mag diess daran liegen, dass auf unseren Universitäten und auch in unseren Turnvereinen fast nur das Hiebfechten, nicht aber das Stossfechten gepflegt wird, weil man mehr auf Triumphe als auf eine nützliche Bewegung ausgeht. Hinsichtlich des letzteren Punktes kann sich aber das Hiebfechten nicht im Entferntesten mit dem Floret-Fechten messen. So wenig ich geneigt bin, die Lebensanschauungen und Gewohnheiten unserer westlichen Nachbarn als Muster für uns Deutsche zu betrachten so sehr möchte ich wünschen, dass sich das französische Floretfechten bei den deutschen Männern und Frauen einbürgern möge. Es scheint mir für unsere modernen Kulturmenschen passender, als das Turnen an Geräten, welches allzuhäufig die Glieder unschön auseinanderzerrt und schliesslich auch grössere Gefahren in sich birgt, als ein sachverständig und gewissenhaft geleitetes Floret-Fechten.

IV. Kapitel.

Einige charakteristische Fälle aus der Praxis.

Gelegentlich der kurzen Besprechungen derjenigen Krankheitszustände oder Krankheitsanlagen, welche sich für eine schwedische Bewegungskur eignen, haben wir bereits einige Fälle erwähnt, in welchem die Wirkung besonders günstig hervortrat, ferner solcher, in denen sie auf sich warten liess, oder nicht in gewünschtem Masse eintrat. Für das Verständnis des Laien, dem diese Schrift in erster Linie gewidmet ist, dient es aber, einige Fälle nach ihrem ganzen Verlauf, nach Stellung und Lebensführung des Patienten u. s. w. herauszugreifen, was denn im Nachfolgenden zu Nutz und Frommen des freundlichen Lesers geschehen möge.

I. Allgemeine nervöse Beschwerden.

Journal Nr. 17. Herr K., Privatier aus M., Mann in den besten Jahren, fühlt sich seit längerer Zeit nicht eigentlich krank, aber auch nicht gesund, sodass schon eine Reihe von Ärzten und Kurpfuschern ihr Heil an ihm versuchen konnten. Er hat öfters Beklemmung und Athemnot, empfindet das unangenehme Gefühl eines stets gespannten Unterleibes, muss wegen Unbehagen öfters aufstehen und unruhig im Zimmer herumgehen und wird dann verdriesslich und menschenscheu, dies umsomehr, als seine Freunde ihn beständig mit guten Ratschlägen und mehr oder minder witzigen Bemerkungen verfolgen. Liest er in der Zeitung die Todesanzeige eines gleichaltrigen oder jüngeren Mannes, so knüpft er hieran Betrachtungen über den eigenen

Zustand, und weint sogar. Im Sommer fühlt er sich etwas besser, weil er da auf's Land geht und kleine Gebirgstouren macht. Hierauf fussend haben ihm alle bisherigen Ärzte knappe Diät und fleissige Bewegung angeraten. So lebt er denn wie ein Hungerkandidat und trabt im Schweisse seines Angesichts alle Promenaden ab, aber — alles vergeblich. Als er endlich am Stammtisch die Absicht äussert eine schwedische Kur zu machen, wird diess mit einem Hohngelächter begrüsst. Ein Stammtischgenosse, der es ja wissen muss, weil er Arzt ist (d. h. im Bewusstsein einer reichen Frau ein Arzt ohne Praxis) rät ihm, solchen „neumodischen Unsinn" zu lassen, lieber Holz zu hacken und auf den Wendelstein zu steigen — das sei zehnmal gesünder! Der Patient befolgt dies einige Zeit, kommt aber als ein ganz gebrochener Mann mit dem qualvollsten Herzklopfen und Angstgefühl von einer solchen Bergtour zurück, um direkt vom Bahnhofe in meine Anstalt zu fahren. Seine Diät wird hier auf's Sorgfältigste geregelt (er hatte wochenlang von Weissbrot, Gemüse und geringen Suppen gelebt, sodass eine beängstigende Herzschwäche eingetreten war), und er zunächst mit einigen stärkenden Fichtennadel-Bädern behandelt. Nach einigen Tagen beginnen in methodischer Stufenfolge die schwedischen Übungen. Patient kann gar nicht genug rühmen, wie wohl ihm dieselben thun. Mit Begeisterung demonstriert er seinen Mitpatienten den grossen Unterschied zwischen einer geregelten, sachgemässen, und einer ungeregelten Bewegung. Nach einem Monat fühlt er sich „wie neugeboren", nach einem weiteren Monat beschliesst er zu heiraten. Als er von einer noch sehr jungen Dame einen Korb erhält, trägt er diesen mit Würde. Wahrscheinlich wird er bei einer geeigneten Wahl sehr glücklich werden. Seine Stammtischbrüder straft er mit Verachtung.

2. Gicht.

Journal Nr. 97. Herr O., Direktor einer renommierten Kunstanstalt, hat trotz mässigen Lebens und einer regen den

Interessen seines Institutes gewidmeten Thätigkeit öfters an gichtischen Anschwellungen einzelner Fussgelenke zu leiden, die sehr schmerzhaft sind und ihn zu seiner Betrübnis von der Jagd abhielten. Dazu gesellt sich gelegentlich eine Herzschwäche, welche dem treubesorgten Hausarzt, Herrn Dr. Schindler, den Verdacht auf beginnende „innere Gicht" nahelegt. Patient wird deshalb zu mir empfohlen und übt mit grosser Gewissenhaftigkeit. Die Gelenke sind nach 14 Tagen ganz schmerzlos, das Allgemeinbefinden macht die besten Fortschritte. Patient übt noch einige Monate weiter, weil er findet, dass bei dem Gebrauch der schwedischen Kur seine geschäftliche Leistungsfähgkeit bedeutend erhöht wird, und die Arbeit viel glatter von Statten geht. Er erscheint deshalb mit dem Glockenschlage 4 Uhr Nachmittags, und erklärt, dass die durch die Übungen bedingte kleine Zeitversäumnis in keinem Verhältnis zu den daraus entspringenden Vorteilen stehe. Wären Viele so klug, dann würden viele Familien ihr Oberhaupt länger haben.

Journal Nr. 91, Frau S., Metzgersfrau, 50 Jahre alt, hat seit Jahren gichtische Anschwellungen in Fuss, Knie, Hüfte und Hand. Sie lebt in kleinen Verhältnissen, muss ihr Geschäft selbst versehen und hat viel unter Schmerzen zu leiden. Trotzdem erübrigt sie täglich eine halbe Stunde, schleppt sich mit grossen Schmerzen in die Anstalt und geht immer unter geringeren Schmerzen. Nach 4 Wochen muss sie aus Geschäftsrücksichten aufhören, ist aber mit der erzielten Besserung (Gelenke ganz schmerzfrei!) ganz zufrieden, und will eine lange und durchgreifende Kur machen, wenn sie Zeit hat.

3. Hysterie,

Journal Nr. 23. Frau W. Buchhändlersgattin aus Thüringen, zarte, empfindsame Frau, fühlte sich wegen kinderloser Ehe unglücklich, und liess sich von einem unternehmungslustigen Spezialisten zu einer Operation verleiten, welche diesem Uebel-

stande abhelfen sollte. Leider hatte dieselbe nicht nur keinen Erfolg, sondern hinterliess sogar ein überaus schmerzvolles und lästiges gynäkologisches Leiden, welches den ganzen Seelenzustand der Unglücklichen trübte. Es gelang der wahrhaft aufopfernden Thätigkeit des Münchener Frauenarztes Dr. Ziegenspeck, das Leiden der Geschlechtsorgane durch örtliche Behandlung glücklich zu beseitigen, aber das Nervensystem war durch die jahrelangen Leiden derartig herabgestimmt und überreizt, dass die Patientin aus einem Starrkrampf in den andern fiel. Durch hypnotische Behandlung (Suggestion) wurde diese Reizbarkeit einigermassen herabgestimmt, und sodann mit den Übungen begonnen. Anfänglich erfolgte auch hier und da ein Starrkrampf mitten zwischen Übungen, sodass eine Schwester der Patientin immer neben ihr stand, um sie bei dem plötzlichen Umfallen aufzuhalten. Die übrigen Damen, anfangs heftig erschreckt, widmeten doch, als sie das Ungefährliche des bedenklich aussehenden Zustandes einsahen, der Patientin schon wegen ihrer Liebenswürdigkeit die herzlichste Teilnahme und Mithilfe. Nach einigen Monaten änderte sich unter Zuhilfenahme von elektrischen Bädern der Zustand auf das Erfreulichste. Zwei Tage vor Weihnachten reiste die Patientin überglücklich nach Hause. Ihr ganzes Sinnen und Trachten war nur noch darauf gerichtet, dem geliebten Gatten durch Schaffen einer anmutigen Häuslichkeit seine jahrelangen Sorgen und Entbehrungen vergessen zu machen.

4. Herzleiden.

Journal Nr. 2. Dr. R., prakt. Arzt aus N., eine wahre Hünengestalt, litt an beängstigendem Herzklopfen, das ihm schon den Gedanken an Aufgabe seiner Praxis nahelegte. Der kleine und dabei übermässig frequente Herzschlag verschuldete es, dass öfters Anämie des Gehirns eintrat, und Patient bewusstlos seinem Nachbar in die Arme fiel. Obwohl ursprünglich auf rein nervöser Basis aufgewachsen, hatte doch das Leiden durch den langen Bestand eine Erweiterung des Herzens bewirkt.

Hier thaten die Erschütterungen ihre volle Schuldigkeit. Patient wurde in 3 Monaten vollkommen hergestellt, und ist seither ein begeisterter Anhänger unserer Methode.

Journal Nr. 114. Baronesse G., Künstlerin, hatte in Folge eines Gelenkrheumatismus einen Herzfehler zurückbehalten. In der sorgsamen Behandlung des Herrn Dr. Stieler bildete sich derselbe erfreulich zurück, aber es blieb eine mässige Dilatation und häufige Beängstigung bestehen, weshalb die Dame auf Rat ihres Arztes sich einer mehrmonatlichen schwedischen Kur unterzog. Sie ist mit dem örtlichen und allgemeinen Erfolg sehr zufrieden und spürt so wenig von ihrem Herzen mehr, dass sie eins der schneidigsten Mitglieder unseres Damen-Fechtklubs geworden ist.

5. Kreislaufstörungen.

Journal Nr. 163. Oberstlieutenant Baron M. v. L. erhielt im letzten Kriege einen Schuss durch den rechten Oberschenkel, wobei von dem letzteren grössere Knochentheile zertrümmert wurden, und demgemäss eine bedeutende Verkürzung des ganzen Gliedes eintrat. Da Patient sich später der Malerei widmete, musste er durch das lange Stehen vor der Staffelei den anderen bisher gesunden Fuss umsomehr anstrengen. Es bildeten sich Stauungen in den Blutadern desselben aus, welche Wadenkrämpfe und ein unerträgliches Jucken hervorriefen. Das Tragen von Gummibinden und einem Gummistrumpf, welches mehrere Jahre fortgesetzt wurde, half nichts. Patient wurde sehr nervös, und brauchte als „letzten Versuch“ bei mir eine schwedische Kur. Um so grösser war seine Freude, als schon im ersten Monat derselben die geklagten Beschwerden schwanden.

Journal Nr. 102. Frau F., Buchhändlersgattin, 48 Jahre alt, hat seit Jahren viel von „Krampfadern“ zu leiden. Gehen und namentlich Stehen ist sehr schmerzhaft; der Versuch, mit einem Gummistrumpf die Sache zu bessern, muss wegen unangenehmer Nebenwirkungen aufgegeben werden. Da ein Schwiegersohn der Dame wegen eines Nervenleidens früher eine sehr

glückliche Kur bei mir gemacht hat, entschliesst sie sich trotz des Widerspruches von „Sachverständigen“ zu einem Versuche. Im ersten Monat schon bedeutende Besserung. Nach Schluss des zweiten Monats sind alle Beschwerden weg. Seitdem sind 5 Monate verflossen und Patientin fühlt sich frei von allen früheren Beschwerden.

6. Nervenleiden.

Journal Nr. 151. Frau M., Versicherungsbeamtenfrau, 34 Jahre alt, sollte wegen allgemeiner Nervosität eine Kur in einer nahen Wasserheilanstalt durchmachen. Infolge unzweckmässiger baulicher Anordnung derselben (die skandalösen Einzelheiten wolle man mir erlassen!) erlitt die Patientin am ersten Tage ihres dortigen Aufenthaltes einen Schreck, infolgedessen sie beständig zitterte, und die lästigsten Gefühle von abwechselnder Hitze und Kälte empfand. Schlaflosigkeit, Kopfweh, Appetitlosigkeit erreichten bald einen hohen Grad. Nur mit Zittern und Zagen ging die Patientin an die Übungen, gewann aber in wenigen Wochen die volle Herrschaft über ihre Nerven wieder. Sie übt noch jetzt, um den wohlthuenden Zustand von allgemeiner Kräftigung sich recht lange zu erhalten.

Journal Nr. 59. Herr R., Postbeamter a. D., 72 Jahre alt, litt seit 3 Monaten an einer überaus schmerzhaften Ischias welche jedem Arzneimittel getrotzt hatte. Als „letzten Versuch“ machte er eine schwedische Kur, die in den ersten Wochen nur eine Linderung der Schmerzanfälle, von der 4. Woche ab ein vollständiges Aufhören derselben verursachte. Da die Schmerzanfälle in der Nacht besonders heftig waren, wusste Patient die erfolgreiche Kur nicht genug zu rühmen. Das hohe Alter des Patienten macht den Fall besonders erfreulich.

Journal Nr. 87. Herr W., Buchhalter leidet seit mehreren Monaten an einer eigentümlichen Form des Schreibkrampfes. Wenn er die Feder ergreift, fängt er an zu zittern. Zwingt er sich trotzdem zum Schreiben, so geht es nur wenige Minuten,

alsdann werden die Züge unsicher und er muss aufhören. Fasst man seine Finger kräftig an, so beginnen sie ebenfalls zu zittern. Während der ersten zwei Monate seiner schwedischen Kur ist der Erfolg nicht voll befriedigend. Patient kann zwar weit länger schreiben, aber das Zittern tritt dennoch ein. Nachdem er die Versuche zum Schreiben auf dringenden Rat äusserst einschränkt, hat er im 3. Monat guten Erfolg, der auch seither angehalten hat.

Journal Nr. 158. Herr Hauptmann E. aus I., leidet seit mehreren Monaten an einer schmerzhaften Lähmung im Gebiet der rechten Schulter. Sämmtliche vom Oberarm-Nervenplexus versorgten Muskeln sind ausserodentlich abgemagert. Patient kann den Vorderarm nur unter Schmerzen ein ganz klein wenig bewegen, den Oberarm gar nicht. Die Behandlung wird zunächst mit Dampfkastenbädern und Handmassage eröffnet. Eine sich anschliessende schwedische Kur bewirkt schon nach 4 Wochen vollständige Heilung, so dass Arm und Schulter ihre volle Kraft und Beweglichkeit wiedererlangen.

Journal No. 153. Jakob Z. ein intelligenter zwölfjähriger Knabe litt an einer angeborenen Lähmung der unteren Extremitäten. Er sowohl wie seine 5 Geschwister waren trotz der sorgfältigsten Bemühungen des Hausarztes und der Mutter 2 Monate zu früh auf die Welt gekommen. Er selbst war das schwächlichste Kind gewesen und nur durch Einwickeln in Glaswolle und eine überaus mühsame und liebevolle Pflege am Leben erhalten worden. Äusserlich wohlgebildet und von ausgesprochener Intelligenz, hatte er unter dem unsicheren, stolpernden Gange, welcher eine Folge seiner angeborenen Lähmung war, sehr zu leiden. Elektrische Behandlung, Massage u. s. w. hatten nichts geholfen. Zur freudigen Überraschung des Hausarztes und der Angehörigen trat schon nach zwölf Übungen und Erschütterungen eine wesentliche Besserung des Ganges ein. Auch auf die Entwickelung der übrigen Körperkräfte wurde im Laufe der Zeit eine sehr günstige Einwirkung konstatiert.

Journal No. 71. Herr M., 24 Jahre alt, Philolog, litt seit

Jahren an abwechselndem Hitze- und Kältegefühl in den Extremitäten, welches ihn förmlich überrieselte, und oft bei den gleichgültigsten Anlässen eintrat. Beobachtete ihn Jemand, so stieg ein lästiges, siedend heisses Erröten in seinem Gesichte auf, welcher qualvolle Zustand ihn schliesslich ganz menschenscheu machte. Während der ersten Zeit, wo er unseren Saal besuchte, vermied er es ängstlich, seine Mitpatienten anzusehen, wechselte mit Niemand ein Wort, und bot ganz das Bild eines Menschenfeindes. Mit zunehmender Besserung wurde er mitteilsam und gesprächig; nach 2 Monaten war das Übel völlig verschwunden. Patient übte „aus Dankbarkeit" noch weiter, und wusste den günstigen Einfluss der schwedischen Bewegungskur auch auf die Leichtigkeit, mit der er jetzt seine Studien betrieb, nicht genug zu rühmen.

Journal Nr. 92. Herr H., katholischer Geistlicher suchte unser Institut wegen einer anfallsweise auftretenden Neurose des Unterleibes auf. Er hegte anfangs grosses Misstrauen gegen die Methode, welche er nur deshalb probieren wollte, weil nichts anderes geholfen hatte. Als aber ein anderer, jüngerer Geistlicher, der wegen eines langwierigen Ergusses in den Rippenfellraum hier unerwartet Hilfe gefunden hatte, ihm Mut machte, ging er mit Energie an die Übungen und fand die gewünschte Heilung. Vorher war jeder Stuhlgang für ihn eine Qual, denn es gingen demselben überaus peinliche Empfindungen voraus, und es folgten Gefühle von Ermattung und Niedergeschlagenheit. Auch in der Zwischenzeit traten schmerzhafte Anfälle in der linken Unterbauchgegend ein. Alle diese Symptome wurden im ersten Monat seltener und gelinder, im zweiten verschwanden sie allmählich. Patient ist jetzt noch etwas empfindlich, kann aber bei sorgfältiger Diät und gelegentlicher ärztlicher Nachhilfe, die durch seine nervöse Konstitution bedingt ist, ein ganz behagliches Leben führen.

Journal Nr. 96. Herr H. Subalternbeamter im protestantischen Oberkonsistorium, litt seit mehreren Monaten an einem

lästigen Schwindel verbunden mit starkem Angstgefühl, sodass er immer umzufallen fürchtete, und ihm bei Gesprächen mit seinen Vorgesetzten der Angstschweiss auf die Stirn trat. Bei dem sehr kräftigen Mann, der den Feldzug mit Auszeichnung mitgemacht hatte, wirkte diese Nervosität doppelt befremdlich auf seine Vorgesetzten, welcher Umstand den armen Leidenden nur immer kopfloser machte. Schon im ersten Monat der Kur trat ein bedeutender Umschwung zum Besseren ein. Patient ist nachher noch vereinzelt zu den Übungen erschienen, und fühlt sich jetzt ganz wohl.

Journal No. 116. Herr Konsul K., 50 Jahre alt, litt seit 2 Jahren an Zuckerkrankheit. Infolge einer genauer Durchführung der erhaltenen Vorschriften schwand der Zucker gänzlich aus dem Urin, was Patient, der in Chemie wohlbeschlagen ist, durch allwöchentliche Untersuchungen mit der Wismuth-Probe genau kontrolierte. Es blieb aber eine lähmungsartige Schwäche des rechten Beines zurück. Schon nach wenigen hundert Schritten war es dem Patienten absolut unmöglich, weiter zu gehen. Der Fuss wurde lahm, es trat ein Gefühl von Ameisenlaufen ein, schliesslich ein intensiver Schmerz. Trotz ausgiebiger Massage und Elektrizität wollte sich mehrere Monate lang kein rechter Erfolg zeigen. Da riet der Hausarzt zu einem Versuch mit schwedischen Erschütterungen, welche schon nach 14 Tagen eine sehr wesentliche Besserung brachten. Nach 2 Monaten konnte Patient 2—3 Stunden ohne jede Beschwerde spazieren gehen. Da er während des Gebrauchs der schwedischen Kur auch mancherlei Genussmittel gut vertrug, die sonst immer wieder ein Auftreten von Zucker im Urin hervorgerufen hatten, hielt es Patient für ratsam, diese Übungen fortzusetzen, und fühlt sich recht wohl dabei. Insbesondere rühmt er seinen guten Schlaf.

7. Verletzungen.

Journal Nr. 110. Herr H., Apotheker, 62 Jahre alt, erhielt den Rat, zur Stärkung seiner Gesundheit eine schwedische Kur zu brauchen. Gute Freunde meinten aber, es sei angenehmer und vielleicht auch noch etwas billiger, wenn er lieber Velociped fahren würde, was ja auch bei einem Dreirad völlig gefahrlos sei. In Befolgung dieses Rates vertraute sich Patient dem „Stahlrosse" an, stürzte aber sehr bald herunter und erlitt einen Bruch des Oberames dicht am Schultergelenk, vermutlich auch teilweise im Gelenk selbst. Diese Verletzung wurde von einem namhaften Arzt mit aller Sorgfalt behandelt, aber es wollte sich absolut keine Gebrauchsfähigkeit des Armes wieder einstellen. Ein sehr tüchtiger und erfahrener Chirurg elektrisierte den Patienten mehrere Monate — leider ohne jeden Erfolg. Nun versuchte er sein Heil mit den schwedischen Maschinen. Durch die energisch wirkende Maschine E 6 wurde der ganze Schultergürtel und speziell das Schultergelenk leicht und schmerzlos mobilisiert, hierauf wurde die betreffende Gegend erschüttert und mittelst der Armwalkung reichlich mit Blut versehen. Aktive Bewegungen besserten den Zustand noch weiter, sodass Ende des zweiten Monats ein befriedigender Erfolg da war. Zur Wiedererlangung der vollen Gebrauchsfähigkeit muss Patient noch einige Zeit üben, wozu er sich in dankbarer Anerkennung des seither Erreichten gern entschlossen hat, zumal er auch eine vorteilhafte Rückwirkung der Übungen auf sein Allgemeinbefinden konstatieren kann.

Journal No. 63. Frau Privatier B., 67 Jahre alt, erlitt durch einen Sturz einen doppelten Bruch des Unterarmes, welcher durch Herrn Generalarzt Dr. Vogl sehr gut geheilt wurde. Begreiflicher Weise machte sich bei dem vorgerückteren Alter der Patientin aber eine Bewegungsstörung empfindlicher und hartnäckiger geltend, als dies bei einer jüngeren Patientin der Fall

gewesen wäre. Auf den Rat ihres Arztes kam die Dame in unser Institut, und erreichte nach zwei Monaten einen befriedigenden Erfolg. Sie kann jetzt sogar weibliche Handarbeiten wieder versehen.

Journal No. 126. Herr V., Kaufmann, 22 Jahre alt, erlitt beim Herabstürzen von einer ungenügend erleuchteten Treppe in einem Schweizer Hotel eine Luxation des Schultergelenkes. Auf der Reise mochte wohl die Behandlung keine ganz korrekte gewesen sein, denn es bestand nach 2 Monaten eine ungewöhnliche Steifheit des Gelenks, äusserst geringe Beweglichkeit des Armes, Schmerzhaftigkeit bei Berührung und bedeutende Abmagerung des Oberarmes sowie der ganzen Schultergegend. Nach München gekommen, konsultierte Patient Herrn Hofrat Brunner, welcher ihn meinem Institut zuwies. Der Erfolg war ein sehr befriedigender. Patient erlangte die volle Kraft und Beweglichkeit in zwei Monaten.

Journal Nr. 161. Herr Hauptmann Baron L. v. Sch., erlitt im Jahre 1875 in Bayreuth eine sehr schwere Quetschung des Fusses, dadurch, dass das Pferd über ihn stürzte und durch sein Gewicht den Steigbügel tief in die Weichteile des Fusses einpresste, wobei eine Menge Muskeln, Sehnen und Nerven teils gequetscht, teils zerrissen wurden. Auch das Fuss- und Sprunggelenk wurde sehr erheblich beschädigt, und zeigt noch jetzt einige kleine, durch feine Gummidrains offengehaltene Fistelgänge. Im Laufe der Jahre hatte sich wohl eine relative Brauchbarkeit des Fusses ausgebildet, aber es war weder eine Rotation, noch eine genügende Abwickelung des Fusses, noch eine nennenswerte Bewegung der Zehen möglich. In diesem Zustande kam Patient, der bereits auf Besserung des Fusses verzichtet hatte, wegen eines Bronchialleidens zu mir in Behandlung. Dasselbe wurde rasch beseitigt. Verschiedene Erfolge, die er bei anderen Verletzten sah, machten in ihm den Wunsch rege, auch wegen seines Fusses einen Versuch zu machen. Derselbe gelang zu seiner grössten Freude recht

gut, denn obwohl das Sprunggelenk schon mit Rücksicht auf einen offenbar noch bestehenden Sequester geschont werden musste, so gelang es, durch grössere Ausbildung des Chopartschen Gelenkes eine ganz bedeutende Besserung der Beweglichkeit herbeizuführen. Der sehr lebhafte, der Jagd und der Geselligkeit ebenso wie den Werken der Wohlthätigkeit eifrig zugewendete Patient, der eben wegen seines Fusses bisher auf Manches verzichtet hatte, zeigte hierüber eine geradezu rührende Freude und Dankbarkeit, welche er durch eine eifrige Empfehlung der schwedischen Methode bei seinem grossen Bekanntenkreis in liebenswürdiger Weise bethätigte.

Stimmen der Presse.

Die Massage, ihre Technik, Anwendung und Wirkung. Populäre Darstellung von Dr. Carl Werner. Berlin 1886. Hugo Steinitz. Siebente vermehrte und verbesserte Auflage. Preis 1,50 Mk.

Eine für jeden Gebildeten fassliche, recht gute Darstellung dieses überaus wichtigen Heilmittels . . . . . Das Büchlein ist Aerzten, Laien und Pflegern gleichermassen zu empfehlen. (Weser Zeitung.)

„Die Massage, ihre Technik, Anwendung und Wirkung" betitelt sich eine kleine in populärer Darstellung abgefasste Broschüre, von Dr. Karl Werner, in welcher nach einer allgemeinen historischen Einleitung die bei der Massage üblichen Handgriffe und Kurmethoden in fasslicher Weise geschildert werden. Das Büchlein ist einfach und klar geschrieben und nimmt auf die verschiedensten einschlägigen Heilindikationen gebührende Rücksicht. (Ueber Land und Meer.)

Wir können das Büchlein allen Collegen, die sich über die Massage näher instruiren wollen, nur empfehlen. (Allgem. Wiener med. Zeitung.)

Das vorliegende Buch giebt klare populäre, durch schöne Holzschnitte erläuterte Erklärung dieses vielerprobten Heilverfahrens und wird zu dessen Verbreitung wesentlich beitragen. (Der Salon.)

Ein Werkchen von hohem praktischem Werthe ist „die Massage, ihre Technik, Anwendung und Wirkung" von Dr. Carl Werner in Berlin . . . . . Doctor Werner's Schrift lehrt auf's Genaueste alle dabei vorkommenden Handgriffe, weist die physiologische Wirkung derselben nach und erläutert die Anwendung der Massage in der praktischen Medizin. (Hausfreund.

Die Schweninger-Kur und Entfettungs-Kuren im Allgemeinen. Gemeinverständlich dargestellt von Dr. med. Oscar Maas. (Berlin. Hugo Steinitz, Verlag.) 1886. 19. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Ein sehr interessant und leichtfasslich geschriebenes Büchlein, das man guten Gewissens allen Corpulenten und jenen, die es nicht werden wollen, auf das Angelegentlichste empfehlen kann. (Bohemia)

Vorstehende Broschüre gehört entschieden zu den besten Erzeugnissen der populären Medicin, die seit Langem erschienen sind . . . . . Jedenfalls ist die Lektüre eine lohnende und empfehlenswerthe. (Schles. Zeitung.)

Die drei diätetischen Behandlungsmethoden, die Banting-Harvey'sche, die Ebstein'sche und die Oertel'sche werden in nuce mitgetheilt und zwar in so gemeinverständlicher Weise, dass jeder Fettleibige unter Befolgung der angeführten diätetischen Winke sich selbst von seiner überflüssigen Bürde zu befreien vermag . . . . . Dem Laienpublikum kann das Büchlein bestens empfohlen werden. (Arch. für Gesch. der Medicin. VIII. 4.)

Die Anwendung der Electricität in der Medicin bei Nervenleiden, Gehirn- u. Rückenmarkskrankheiten. Populäre Darstellung von Dr. med. Wilhelm Fechner in Berlin. 2. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Das Werkchen ist mit gründlicher Sachkenntniss geschrieben und darf allen, die sich über den betreffenden Gegenstand belehren wollen, angelegentlich empfohlen werden. (Europa.)

Trotz der schwierigen Materie ist es dem Verfasser überall gelungen, technische Bezeichnungen zu vermeiden und überall auf dem Boden gemeinverständlicher Darstellung zu bleiben. Das Büchlein, das mit zahlreichen vorzüglich ausgeführten Holzschnitten ausgestattet ist, wird zweifellos überall da Eingang finden, wo das Bedürfniss oder die Nothwendigkeit besteht, sich mit den Methoden und der Wirkungsweise der Electricität in der Medicin bekannt zu machen. (Berl. Fremdenblatt.)

Ein im besten Sinne des Wortes populäres Werk, das allen an obigen Krankheiten Leidenden nicht warm genug empfohlen werden kann. (Post.)

Die Electrotherapie hat in neuester Zeit eine gewaltige Bedeutung erlangt und eine Abhandlung, welche die Anwendung in echt populärer Weise darstellt, verdient daher alle Beachtung. Eine solche haben wir in der obengenannten Broschüre von Fechner zu begrüssen. Das Wesen und die Anwendung der Electricität in der Medicin werden darin anschaulich erörtert und zwar in einer Weise, dass es auch dem mit den Gesetzen der Electricität weniger Vertrauten ermöglicht wird, sich schnell über ihre Wirkungsweise bei Nervenkrankheiten zu unterrichten. (Hamburger Reform.)

Die Nervenschwäche (Neurasthenie), ihr Wesen, ihre Ursachen und Behandlung. Gemeinverständlich dargestellt von Dr. Paul Berger, prakt. Arzt. 4. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Kurz und sachlich werden das Wesen, die Ursachen und Behandlung der Nervenschwäche besprochen. Nirgends wird der Boden der gemeinverständlichen Darstellung überschritten und da wo wissenschaftliche Probleme benutzt werden, geschieht es in einer Form, die es auch dem Laien ermöglicht, einen klaren Einblick in das noch vielfach dunkle Getriebe unseres gesunden und kranken Nervenlebens zu gewinnen. (Berl. Fremdenblatt.)

Vollständig gelungen ist dem Verfasser das Capitel über die Behandlung der Nervenschwäche, wobei er auch die Ursachen derselben mit in den Kreis seiner Betrachtungen zieht und die weit entfernt davon, dem Kranken selbst etwa die Mittel an die Hand zu geben, dennoch Alles enthält, was die heutige Wissenschaft gegen diese Modekrankheit mit mehr oder weniger Erfolg anzuwenden vorschreibt. (Bohemia.)

Die Nervosität ist unzweifelhaft die am Meisten verbreitete Krankheit unserer Zeit — wenigstens unter den Grossstädtern. Da muss denn ein Buch willkommen sein, in welchem allgemein verständlich kurz und sachlich das Wesen, die Ursachen und die Behandlung der Nervenschwäche besprochen werden. Denn bei keiner Krankheit liegen dem Laien falsche Auffassungen näher als gerade bei dieser. Das nützliche Schriftchen wird daher Allen willkommen sein, die an irgendwelchen Störungen der Nervenfunktion leiden. (Europa.)

Die Bedeutung von Krankheiten für die Ehe mit besonderer Berücksichtigung der Erblichkeit. Von Dr. Paul Berger, prakt. Arzt. 1886. 3. Auflage. Preis 2 Mk.

Der Verfasser berührt mit der vorliegenden Schrift mit Recht einen der wundesten Punkte unseres gesellschaftlichen Körpers und zwar in einer für das grosse Publikum berechneten, gemeinverständlichen Form. (Bresl. Morgen-Zeit.)

Berger's Schrift ist eine für jeden Gebildeten lesenswerthe Belehrung über die so wichtige sociale Frage des Eheverbotes bei erblichen Krankheiten und wird gewiss keinen Schaden stiften, was man bekanntlich nicht von allen populären Schriften behaupten kann. (Bohemia.)

Der Verfasser, dessen vortreffliches Werk über „Nervenschwäche" wir seiner Zeit gebührend gewürdigt haben, sucht im vorliegenden Werke eine Hygiene der Ehe dadurch zu begründen, dass er die gesundheitsschädlichen Einflüsse, unter denen sie zu leiden hat, in systematischer Weise erörtert. Insbesondere hebt er das Wesen der Vererbung in ihrer Bedeutung für die Ehe hervor. In dezenter Weise ist Alles Anstössige und das Gefühl Verletzende bei Besprechung der hauptsächlich in Betracht kommenden Krankheiten vermieden, so dass es Allen als Rathgeber empfohlen werden kann. (Post.)

Ein sehr wichtiges, bisher aber vernachlässigtes Gebiet behandelt Dr. P. Berger „Die Bedeutung von Krankheiten für die Ehe." Nach einer anschaulichen Darlegung über die Vererbung körperlicher und geistiger Eigenschaften im Allgemeinen untersucht Dr. Berger, welche Krankheiten an sich durchaus das Eingehen einer Ehe verbieten, bei welchen anderen es nicht gerade verboten, aber doch nicht rathsam ist sich zu verheirathen und schliesslich unter welchen Umständen man das Eingehen einer Ehe einige Zeit hinausschieben soll. Eine Tabelle erleichtert die Uebersicht. (Voss. Zeitung.)

„Die Terrain-Kuren" der Schweninger-Kur II. Theil. Von Dr. Oscar Maas. 1886. 4. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Die vorliegende Broschüre unternimmt es, die Begründung wie das speeielle Verfahren bei der Oertel'schen Terrainkur in gemeinverständlicher Darstellung zur Kenntniss weiterer „betheiligter" Kreise zu bringen — ein Unternehmen, das dem Verfasser völlig gelang und bei welchem die massvolle, bei aller gemeinverständlichen Diction doch in wissenschaftlichem Geiste gehaltene Sprache angenehm berührt. Autor wie Verleger können übrigens mit dem bisherigen Erfolge, der sich deutlich in rasch aufeinander nothwendig gewordenen Neuauflagen ausspricht, vollkommen zufrieden sein. (Wiener Allgem. Zeitung.)

Vor Kurzem besprachen wir das Oertel'sche Werk über Terrainkurorte und empfahlen dasselbe allen an obigen Krankheiten Leidenden. Dr. Maas behandelt dasselbe Thema in gemeinverständlicher Weise und giebt damit ein Supplement zu seiner früher im gleichen Verlage erschienenen Schweningerkur. (Post.

Die ganze Broschüre ist als durchaus gelungen zu bezeichnen; die Sprache und Darstellung der theilweise recht schwierigen physiologischen Verhältnisse ist eine so klare, dass sie dem Laien vollkommen begreiflich ist und damit ist der vorgesteckte Zweck erreicht, nämlich dem Laienpublikum eine verständnissvolle Einführung in die inneren Verhältnisse und Zwecke derartiger Kuren zu geben. (Schles. Zeitung.)

Wie schützt man sich vor Infectionskrankheiten? Von Dr. med. F. Messner. Berlin 1886. 2. Auflage. Preis 1,50 Mk.

In knapper Form, überall die neuesten Errungenschaften verwerthend, werden im ersten allgemeinen Theil dieser kleinen Schrift die Krankheitserreger, die verschiedenen Formen der mikroskopischen Organismen, der Pilze abgehandelt und die wichtigsten allgemeinen Schutzmassregeln aufgestellt. Der 2. Theil des Werkchens befasst sich speciell mit den wichtigsten Infectionskrankheiten und kann als ein heilbringendes Vademecum für Jedermann betrachtet werden. (Hamb. Fremdenblatt.)

In ganz kurzer und leicht verständlicher Weise wird der Leser im allgemeinen Theile dieser Schrift über das Wesen der Infectionskrankheiten, über deren Ursachen und die allgemeinen Schutzmassregeln gegen dieselben unterrichtet . . . . . Die kleine Schrift ist im Uebrigen klar und bündig abgefasst, vermeidet alle dem Laien unverständlichen Details und kann deshalb zur Lectüre bestens empfohlen werden. (Bohemia.)

In knapper Form und in auch dem Laien leicht fasslicher Darstellung werden die Krankheitserreger, die verschiedenen Formen der Mikroorganismen (Pilze), abgehandelt und die wichtigsten allgemeinen Schutzmassregeln aufgezählt; der 2. Theil befasst sich speciell mit den wichtigsten Infectionskrankheiten. (Rhein. Courier.)

Eine ausgezeichnete populäre Darstellung unseres jetzigen Wissens von dem Wesen der Infectionskrankheiten. (Post.)

Die Hysterie, ihr Wesen und ihre Behandlung. Populäre Darstellung von Dr. J. Ruhemann. Berlin. 2. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Die Darstellung dieser schwierigsten und räthselhaftesten aller Krankheiten ist ausgezeichnet, die Rathschläge zu ihrer Behandlung sind gut und werden zur Erleichterung des Loses der unglücklichen Hysteriker männlichen und weiblichen Geschlechtes das Ihrige beitragen. (Post.)

Es ist in der vorliegenden Schrift dem Verfasser gelungen, ein einheitliches Bild von der ausserordentlich complicirten, vielfach andere Krankheitsgebiete streifenden Affection zu entwerfen. (Bresl. Morgenzeitung.)

Anerkannt muss . . . . werden, dass der Verfasser sich seiner Aufgabe mit vielem Geschick entledigt und in dem vorliegenden Büchlein Alles Wissenswerthe über Hysterie — ja wir glauben noch mehr als das Wissenswerthe — in gefälliger Form dem Laienpublikum mitgetheilt hat. (Bohemia.)

Nirgends prätendirt das Büchlein, einen Ersatz für den Arzt zu gewähren; es beabsichtigt allein, dem Kranken und seiner Umgebung eine bessere Einsicht, ein grösseres Verständniss für das in mancher Beziehung so räthselhafte Leiden zu verschaffen. (Berl. Fremdenblatt.)

Die habituelle Stuhlverstopfung. Wesen und Behandlung unter besonderer Berücksichtigung der Hämorrhoidalleiden. Von Dr. med. W. Fechner. 2. Auflage. Preis 1,50 Mk.

Die so mannigfachen Ursachen der habituellen Stuhlträgheit werden klar auseinandergesetzt, die Symptome und Folgezustände der chronischen Stuhlverstopfung ausführlich geschildert, und hierbei ganz besonders die Hämorrhoidalleiden einer eingehenden Besprechung unterzogen. Das Hauptgewicht ist natürlich der praktischen Wichtigkeit wegen auf die Behandlung der Stuhlträgheit gelegt. In diesem Kapitel, welches dem Umfange nach die Hälfte der ganzen Abhandlung einnimmt, ist wohl keines der bekannten Abführmittel unberücksichtigt gelassen, sondern jedes auf seinen Werth geprüft. Zugleich sind die Diät und Lebensweise bei dieser Krankheit erschöpfend dargestellt, alle namhaften abführenden Mineralwässer, sowie die Badekuren ausführlich besprochen, und schliesslich noch die Massage, Electricität und Wasserbehandlung als therapeutische Mittel bei der habituellen Stuhlverstopfung auf das Gründlichste erörtert. (Magdeburger Zeitung.)

Referent hat das Buch, dessen sehr billiger Preis nur Mk. 1.50, mit lebhaftestem Interesse durchgelesen und kann dasselbe auf Grund bester Ueberzeugung allen an trägem Stuhlgang Leidenden als ganz votrefflich empfehlen. (Hamburger Reform.)

So uralt wie die habituelle Stuhlverstopfung als Krankheit ist, so zahlreich ist die Zahl der gegen sie angewandten Mittel und immer findet die Charlatanerie hier den günstigen Boden für ihre Erfolge. Deshalb ist eine auf wissenschaftlicher Basis stehende populäre Bearbeitung sehr erwünscht und wollen wir dem obigen Schriftchen einen recht grossen Leserkreis wünschen. (Post.)

Kur für Magere nach diätetischen Grundsätzen; Ursachen, Wesen und Behandlung der Magerkeit und der damit zusammenhängenden Krankheiten. Gemeinverständlich geschildert von Dr. Paul Berger. Preis 1,50 Mk.

In der vorliegenden Schrift ist zum ersten Male der Versuch gemacht, die Magerkeit nach rein diätetischen Grundsätzen zu behandeln, nachdem die Erfolglosigkeit aller bisherigen Methoden erwiesen ist. In ben beiden einleitenden Capiteln sind die Ursachen und das Wesen der Magerkeit anschaulich geschildert und namentlich die wesentlichen Unterscheidungsmomente zwischen letzterer und der krankhaften Abmagerung hervorgehoben, die begreiflicherweise ein besonderes Heilregime erfordert. Die Grundsätze der Behandlung lehnen sich eng an die epochemachenden Stoffwechsel-Versuche an, welche insbesondere durch die Münchener Schule zu so hervorragenden und practisch bedeutungsvollen Ergebnissen geführt haben. Die Darstellungsweise ist populär und gemeinverständlich gehalten und zeigt auch in den complicirten Fragen der Stoffwechsellehre eine lobenswerthe Einfachheit und Klarheit der Darstellung, so dass wir die Schrift allen denen, welchen die Erreichung eines Embonpoint am Herzen liegt, warm empfehlen können.

(Hannoversches Tageblatt.)

Hypochondrie und eingebildete Krankheiten. Für Aerzte und Laien geschildert von Dr. Rich. Weber. Preis 1,50 Mk.

Darin sieht er denn auch — und hierin wird ihm Jedermann beistimmen — die eigentliche Wurzel des Uebels und hier wünscht er den Hebel zur Heilung der nervösen „Modekrankheiten" angesetzt zu sehen. Die lebendig und klar geschriebene Brochüre verdient Beachtung und Verbreitung in weiteren Kreisen.
(Hamburger Nachrichten.)

Hypochondrie ist ein krankhafter Zustand, der täglich mehr in die Erscheinung tritt, weil er zumeist Folge überreizter Nerventhätigkeit ist, die ihrerseits wiederum durch die Ueberforderung der Gegenwart an den Einzelnen und das hierauf basirende Erziehungs-System so recht gründlich herangezogen wird. Wenn sich einsichtsvolle Aerzte mit dieser Erscheinung wissenschaftlich beschäftigen, so leisten sie der Menschheit einen wirklichen Dienst, der um so grösser ist, je entschiedener sie das Uebel in seiner Wurzel angreifen, die recht hartnäckig in dem socialen Boden verharren zu wollen scheint. Es sind schon viele pädagogische Sprenggeschosse dagegen gerichtet worden, und es kann nur frommen, wenn ihnen ärztliche zu Hülfe kommen. Die obengenannte Schrift geht allseitig, für den Laien wie den Arzt, in ihrer Aufgabe vor und zeigt den practischen Weg zu ihrer Lösung, weshalb sie ebensolcher Beachtung verdient. (Wiesbadener Tageblatt.)

Lebendig und klar geschrieben. Die Brochüre wird sich nicht allein bei Hypochondern, sondern bei Nervenleidenden überhaupt zahlreiche Freunde und Anhänger erwerben. (Süddeutsche Presse.)

Das Asthma. Seine Entstehung, Wesen und Heilung. Gemeinverständlich dargestellt von Dr. Georg Bauer. Preis 1,50 Mk.

Es kam dem Verfasser zuvörderst darauf an, den Lesern ein möglichst vollkommenes Bild von dem Bau und den Functionen der gesunden Athmungswerkzeuge des menschlichen Körpers zu geben, um, gestützt auf diese naturwissenschaftliche Unterlage, den Laien die in Rede stehende Erkrankungsform ihrer Bedeutung nach klar zu machen. Die Schrift will also belehren und etwaigen schädigenden Einflüssen vorbeugen. Der Leser soll an der Hand gesicherter, wissenschaftlicher Beobachtungen in die Lage gebracht werden, nach Möglichkeit sich vor etwaigen drohenden Gefahren zu schützen.
(Berliner Fremdenblatt.)

Der Verfasser der Schrift, Dr. Georg Bauer, hat zunächst eine völlig erschöpfende Auseinandersetzung der anatomischen und physiologischen Verhältnisse der gesunden Athemwerkzeuge gegeben, um gestützt auf diese naturwissenschaftliche Unterlage den Laien die in Rede stehende Erkrankungsform ihrer Bedeutung nach klar zu machen. Gerade bei diesem, Asthma genannten Krankheitsprozesse kommt es darauf an, die Laien vor den Verführungsversuchen gewissenloser Marktschreier zu warnen, und dies will das vorliegende Schriftchen. Wir können dasselbe nur nach unserer besten Ueberzeugung den weitesten Kreisen empfehlen. (Berliner Tageblatt.)

Dr. Carl Werner. Schlaflosigkeit und Schlafmittel. Für Aerzte und Laien. Preis M. 1,50.

Die Schlaflosigkeit an sich ist wohl keine Krankheit, sondern ein Symptom verschiedener krankhafter Veränderungen, indess ist sie so häufig das quälendste Symptom, das den Kranken veranlasst, „selbst zu kurieren" und Mittel zu gebrauchen, die schlafmachend wirken, deren Nachteile er nicht kennt und nicht ahnt. Werner's Schrift bringt die nötige Aufklärung und tritt namentlich dem Misbrauche der Schlafmittel für Säuglinge mit Recht entgegen. Die Schrift hält die richtige Mitte bezüglich der Mitteilung der „Behandlung" und kann zur Lektüre empfohlen werden.

(Bohemia.)

Die Schlaflosigkeit ist unter den körperlichen Störungen unzweiflelhaft eine der häufigsten, quälendsten und in ihren Folgen verhängnisvollsten. Mit einer Ausführlichkeit und Vollständigkeit, wie sie kaum ein anderes Buch über diesen Gegenstand darbietet, ist die Schlaflosigkeit, die Hygieine des Schlafes, die Mittel zur Bekämpfung des Leidens in dem vorliegenden Werke von Dr. Werner abgehandelt. Unter den neuen und neuesten Mitteln, welche gegen die Schlaflosigkeit empfohlen worden sind, ist nicht eines, welches in dem Werke nicht erschöpfend abgehandelt wäre; dabei ist die Darstellung eine elegante, der Stil klar, deutlich und leichtverständlich, der Inhalt ebenso belehrend als unterhaltend.

(Hamb. Fremdenblatt.)

Croup und Diphtherie, deren Wesen, Auftreten und Heilung. Auf Grund vierzigjähriger Erfahrung von Dr. Ferdinand C. Leonhardi, Medizinal-Rat. Preis M. 1,50.

In der Flut literarischer Erzeugnisse nimmt die Schrift des Medizinalrats Dr. F. C. Leonhardi eine exzeptionelle Stellung ein. Der Verfasser versucht, seine Erfahrung über die Bräune und Diphtherie, die er in mehr als 40 Jahren während seiner Praxis gesammelt hat, der medizinischen und Laienwelt darzulegen. Die Schrift sagt in einfacher, verständlicher Sprache die Wahrheit, bekennt die eigenen Irrungen offen und wirft nebenher die interessantesten Streiflichter auf frühere Zustände in der Medizin. Mit gutem Gewissen können wir die Schrift daher allen empfehlen, die sich über das Wesen, die Entwickelung dieser Krankheit speziell der Diphtherie orientieren wollen und die nach einer Behandlung der verheerenden Krankheit suchen.

(Berl. Fremdenblatt.)

— — — — Aus der ganzen Brochure spricht Vorurteilslosigkeit und Offenheit und kann sie als beachtenswerte Bereicherung der umfangreichen Literatur über Croup und Diphtherie bezeichnet werden.

(Wiener Klin. Wochenschrift.)

Die Wasserkuren. Nach dem neuesten Standpunkt der Wissenschaft dargestellt von Dr. A. Krüche in Brunnthal-München. Preis M. 1,50.

In der Hochflut der populär-medizinischen Bücher finden sich so viele Schriften, deren Verfasser in beschränkter Einseitigkeit mit hochmütigem Fanatismus oft veraltete Ansichten verfechten, dass es eine Freude ist, Männern der Wissenschaft zu begegnen, die auch das gelehrte Kurpfuschertum und Quacksalberwesen bekämpfen und dabei auf realer Grundlage die Aerzte und jeden Gebildeten darüber aufklären, wie die Gesundheit am besten zu befestigen und das Wohlbefinden des erkrankten Leibes zu erstreben ist. Solchen Schriftstellern begegnen wir in den populär-medizinischen Schriften, die im Verlage von Hugo Steinitz in Berlin erscheinen und meistens